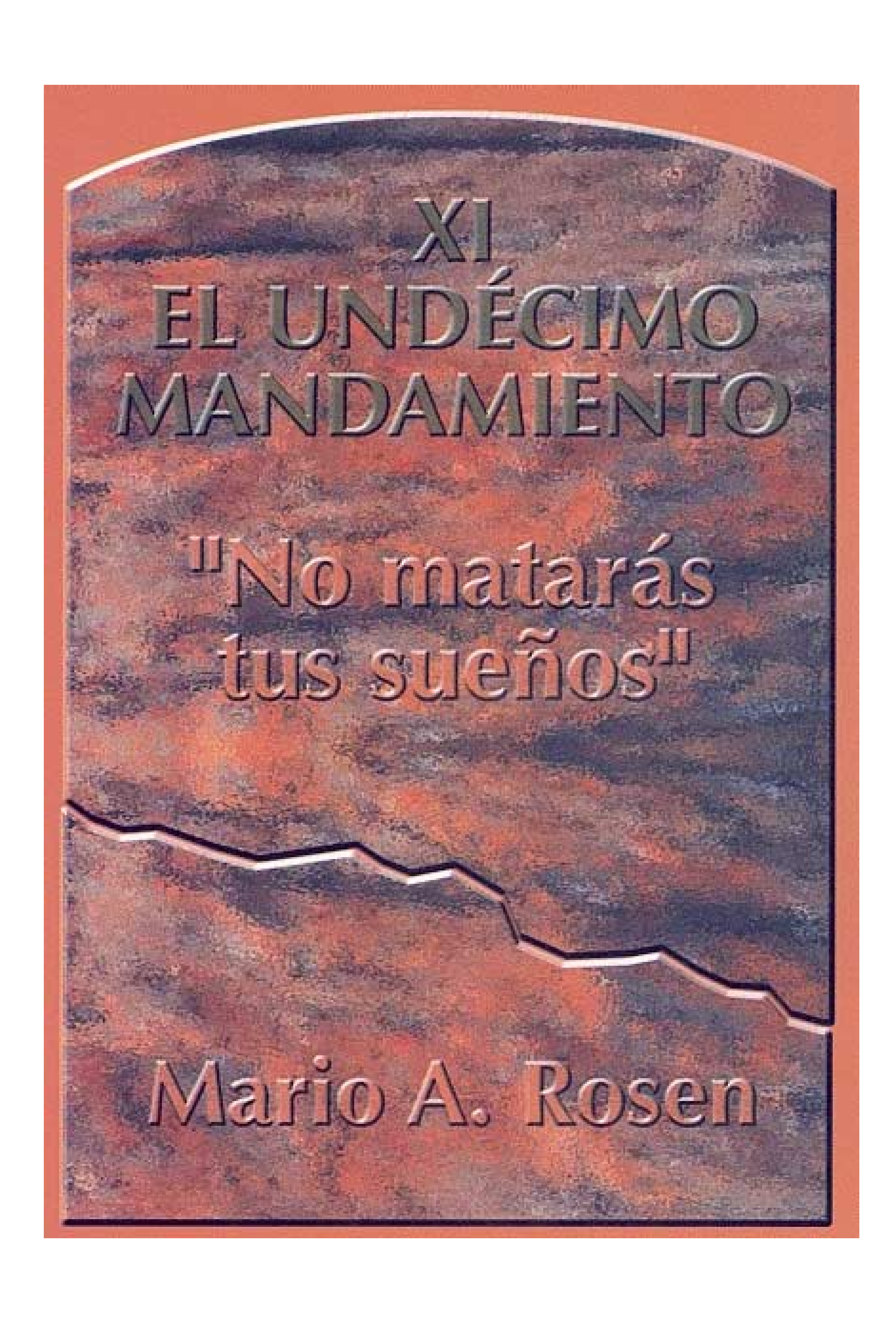

XI
EL UNDÉCIMO
MANDAMIENTO
"No matarás
tus sueños"
Mario A. Rosen

MARIO A. ROSEN

XI
El Undécimo Mandamiento

No Matarás Tus Sueños

El Decálogo del Buen Arruinador de su Vida y vidas ajenas

Edición electrónica: **CoCrear** www.cocrear.com/libros.htm

Ejemplar Nro. za34gx302



El Dr. Mario A. Rosen es médico, educador, escritor, y empresario exitoso. Tiene 63 años. Socio fundador de Escuela de Vida, Columbia Training System, y Dr. Rosen & Asociados. Desde hace 15 años coordina grupos de entrenamiento en Educación Responsable para el Adulto. Ha coordinado estos cursos en Neuquén, Córdoba, Tucumán, Rosario, Santa Fe, Bahía Blanca y en Centro América. Médico residente y Becario en Investigación clínica del Consejo Nacional de Residencias Médicas (UBA). Premio Mezzadra de la Facultad de Ciencias Médicas al mejor trabajo de investigación (UBA). Concurrió a cursos de perfeccionamiento y actualización en conducta humana en EEUU y Europa. Invitado a coordinar cursos de motivación en Amway y Essen Argentina, Dealers de Movicom Bellsouth, EPSA, Alico Seguros, Nature, Laboratorios Parke Davis, Melaleuka Argentina, BASF.

Sitios web:

www.rosen-asociados.com.ar

www.entrenarnos.com.ar

www.stressmaster.com.ar

E-Mail:

rosen-asociados@fibertel.com.ar

ÍNDICE

Agradecimientos

Muchas veces me comporté como un vulgar desagradecido (cosa que mis padres muchas veces me marcaron en mi adolescencia y juventud). Han pasado muchos años y sólo logré mantenerme fiel a unas pocas cosas buenas y atrapado en otras no tan buenas. Una de las no tan buenas fue mi perniciosa tendencia a ser un perfecto egoísta desagradecido. Por lo tanto, comenzaré por disculparme con todas esas personas que pasaron por mi vida, o estoicamente aun siguen estando. Es muy probable que las haya defraudado y desilusionado en algunas expectativas que pusieron en mí. Perdón, perdón. No hice todo lo que podría haber hecho.

Es probable que siempre haya tratado de darles lo mejor de mí, pero también es posible que no les haya dado todo de mí. Hoy sé que dar algo de uno no es suficiente y que dar todo sólo es bastante.

Hay tres personas en este mundo a quienes agradeceré hasta el fin de mi vida que me hayan dejado estar en sus vidas. Ellas me toleraron lo intolerable, me perdonaron lo imperdonable, me esperaron sin tiempo, me alentaron sin reservas, me demostraron la inconmensurable belleza del amor sin límites a pesar de haberles retribuido demasiadas veces con egoísmo y lejanía. Me dejaron ir sin olvidarme, y me dejaron volver sin reparos ni recriminaciones. Usted no conoce a estas tres personas pero lo mejor que le podría desear es que en su vida, existan personas así. Elsa, Daniel y Diego. Mi esposa y mis hijos. Ellos se merecen lo mejor de mí. No sé si yo merezco lo mejor de ellos. Gracias, muchas gracias.

A mis queridos padres, que me dieron la vida y jamás me la manosearon. Ellos me dieron la suya con la única exigencia que yo fuera lo mejor que era capaz de ser, ***no importa lo que yo fuera.*** *Gracias, muchas gracias.*

A mis hermanas Nora y Silvia que no son más que partes indisolublemente mías que se desprendieron de mi corazón y andan sueltas por el mundo aprendiendo junto conmigo a vivir *la vida. Gracias, muchas gracias.*

A mis amigos de siempre. A los que abandoné, y me esperaron. A los amigos que a mi regreso, me recibieron con gracia y elegancia, dejando pasar por alto piadosamente mis errores y tonterías. Gracias, muchas gracias. Dios los Bendiga. Amen

A Oscar Luis Kucan, mi joven y apasionado compañero de aventuras. Nos hemos conjurado para hacer de este mundo un sitio más agradable. Gracias, Oscar.

Al Dr. Jorge Conde y a la Licenciada Silvia Serebrinsky, que me orientaron con su sentido común y su sabiduría durante mis momentos de crisis. Ellos siempre me mantuvieron la cabeza fuera del agua.

A Carlos Pilla y Angélica, mis mecenas, que confiaron en mí y me ayudaron a restaurar sueños.

A todos los que han tenido el coraje y la confianza de seguirme a través de todos estos años en los cursos de Entrenamiento.

Gracias
Que dios los Bendiga

Dedicatoria

Todos tenemos nuestros héroes privados, esas figuras paradigmáticas que por sus dones y virtudes nos orientan y nos sirven de guía y apoyo. Pueden habernos iluminado con su sabiduría, o su valor, o su bondad, o su presencia poderosa, o por el simple y descomunal empeño que significó sostener en este mundo injusto e indiferente sus principios, que nunca negociaron. Por cosas tan naturales y, sin embargo, cada día más escasas como son la honradez, la generosidad y el amor por los demás. Le estoy presentando a dos seres anónimos para usted, posiblemente por no haber cometido delito alguno que los lanzara a la popularidad. Mis dos héroes son dos buenas personas, el titulo más difícil de conseguir. Son dos hombres que me enseñaron lo que es ser todo un hombre. Quiero dedicarle este pequeño retazo de experiencia a mi padre, Don Valentin, y a mi suegro, Don Julio. Gracias.

Presentación

El Dr. Rosen ha tenido la deferencia de solicitarme una breve presentación de su libro.

Y en honor a la premisa, diré sin preámbulos que de sus páginas trasciende un conmovedor dolor ante experiencias trágicas; el desgarro de máscaras anímicas; la búsqueda afanosa de lo esencial humano y una resurrección de valores eternos.

Ante ciertos textos, es vano y carece de sentido el intento de conceptuar los gérmenes de sus contenidos. Uno debe acercarse al fuego para sentir la quemazón. Sólo en la vivencia puede residir la iluminación.

En las disciplinas que investigan el ser y los haceres del hombre, existen perspectivas varias y disímiles pues la realidad suele ser esquiva a la evidencia y no siempre vemos todo lo que miramos.

Esta voz de Mario posee la sugestión de evocaciones profundas y es un aporte válido que puede incorporarse a la resonancia de ésas otras voces que persiguen, en última instancia, lo que bien ha sabido expresar el poeta:

"Y el alma tuya que desperté
para que se quedara cantando
hasta el fin de la vida".'

Que así sea, es mi deseo sincero para **No Matarás tus Sueños.**

DR. JORGE J. CONDE

' P. Neruda: Una carta en el camino

Prólogo a esta segunda edición

Me limitaré humildemente a dejar que ese niño que llevo adentro les cuente algo de su infancia, y me recuerde a mí, una vez más, dónde aprendí tantas cosas, muchas de las cuales aun reniego de usar. Es verdad, lo más difícil es aprender a usar lo que uno ya sabe.

La sortija

"Recuerdo mi primer dolor de muelas. No lo recuerdo tanto por ser particularmente penoso, sino porque formó parte de mis primeras experiencias respecto a algunas verdades sobre la vida. Es verdad, se puede aprender tanto del dolor como de la alegría, y a veces es sólo cuestión de elegir de qué modo uno desea hacerlo. Y he aquí la prueba. Tendría unos 4 ó 5 años. Vivía en un típico barrio de Buenos Aires, creo que se llamaba Chacarita. No recuerdo casi nada del barrio, pero tengo aun grabada en mi mente una imagen: Desde la vereda de mi casa, si miraba hacia la derecha, veía a lo lejos una enorme chimenea que cada tanto largaba negras espirales de humo. En aquella época yo no sabía de qué se trataba, pero las ocasionales miradas sombrías de los mayores, y algunos enigmáticos comentarios, cada vez que miraban en esa dirección, me hacía sospechar que nada bueno ocurría en ese sitio. Después lo supe, esa chimenea pertenecía al cementerio de la Chacarita y allí cremaban a la gente. A esa edad no hubiera podido comprender que muchas historias humanas finalmente terminaban así, en una sinuosa, retorcida, y tortuosa voluta de humo que se dispersaba lenta y aletargadamente por el cielo, y que eso era todo lo que quedaba de uno, es decir, nada.

"En contraste con esa intimidante visión, si daba vuelta la cabeza hacia mi izquierda, veía en la esquina una calesita. Era la típica esquina de barrio donde estaba el típico baldío, donde un día apareció de la nada, como caída del cielo, una calesita. La calesita era en sí misma todo un parque de diversiones, una invitación al ensueño y la fantasía. La vida de todos los niños del barrio se transformó con su presencia, al igual que la mía. Mis días se dividieron entre la maravillosa experiencia de dar vueltas en la calesita, y todo el resto, que pasó a ser obligado, insulso, y forzado. Inclusive los tiempos en la cuadra de mi barrio conocieron el principio de la relatividad, porque de un momento a otro lo acompasado y lánguido se transmutaba en algo vertiginoso y fascinante. Usted se estará preguntando cómo puede ser que una simple calesita provocara tan impresionantes mutaciones en el tiempo y el ánimo, pero debo recordarle que los niños ven cosas que los adultos ya no ven, y sienten lo que los mayores ya no sienten.

Durante las inacabables horas en que esa calesita estaba cubierta por sus lonas, silenciosa y quieta, ocultando en su interior un mundo de excitación y alegría, el tiempo en la cuadra de mi casa transcurría de un modo anodino y vulgar como el de cualquier otra calle, pero en cuanto el calesitero, a las cinco de la tarde de cada tarde, bajo nuestra mirada expectante y encendida, comenzaba a enrollar las lonas con una lentitud exasperante, el tiempo, el mismo tiempo, se alteraba, se llenaba de sentimientos y sensaciones, sufría una transmutación y se podía sentir como se ponía en marcha. La ceremonia continuaba majestuosa enganchando al caballo (Sí, al caballo, como lo está leyendo. Y no se ría. Nunca sabrá si yo soy ya muy viejo, o la calesita era ya vieja cuando se instaló en mi barrio). El rito culminaba regio y rimbombante cuando el calesitero procedía a darle cuerda con una gran manivela al organito para que empezara a sonar. En ese instante mi cuadra se convertía en algo único y grandioso. Cuando la música de la calesita comenzaba a sonar el barrio se transformaba mágicamente en un oasis de fantasía, un mundo de aventuras. Las Vegas en Chacarita.

Desde luego, la calesita de la que le hablo era una “verdadera” calesita, con tracción a sangre, con un viejo y experimentado caballo que sabía arrancar lentamente hasta darle a la calesita la velocidad exacta que debe tener una verdadera calesita. Mi calesita tenía verdadera música de calesita. El caballo, la calesita, la música y el calesitero eran una armonía total e inseparable. Sin embargo, también aprendí que, como todo en la vida, nada era perfecto, y cada tanto había que detener el frenesí y el arrebato de la diversión, sentarse a esperar con paciencia para que el caballo descansara, el calesitero le diera de comer, y él se tomara unos mates, hasta que finalmente le daba cuerda al organito y a la vida, y todo se ponía en marcha otra vez. De este modo el mundo transitaba exactamente a la velocidad y el ritmo de un caballo de calesita y los caprichos del Gran Calesitero. Por otra parte ¿qué apuro había?, ¿Acaso había algún lugar para ir realmente? La calesita me enseñó que no hay ningún lugar al que tener que llegar, que partir y llegar se fusiona a cada instante, que todo es tan circular como el universo, que lo dulce y lo amargo, el dolor y el placer, la risa y el llanto se encuentran a cada rato el uno al otro dando vueltas como en una calesita, y es cuestión de subirse a ella para encontrarse con los unos o los otros en un periquete. Por lo tanto, lo inteligente era disfrutar cada vuelta. Pero eso solamente lo sabíamos los niños.

Sí, como le contaba, recuerdo muy bien aquella vez en que tuve mi primer dolor de muelas. Estaba tan fastidioso que mi madre me dio unas monedas para que me fuera a dar unas vueltas a la calesita. ¿Sabe que ocurrió? ¡Magia ocurrió! Mi dolor de muelas desapareció apenas me subí a ella. Descubrí que hay cosas que duelen porque realmente duelen, pero hay muchos otros dolores que duelen más de lo que tendrían que doler porque uno les presta demasiada atención y no busca algo para entretenerse hasta que pase, como pasa con casi todo en la vida. Hoy me pregunto: ¿Para qué darle tanta importancia a ciertas cosas, si casi todo se puede curar con sólo dar unas vueltas en una calesita? Y aun más, para colmo de los colmos, un día cualquiera, todo, absolutamente todo, se acaba con una simple y anónima escupida de humo de una chimenea, allá a lo lejos, en Chacarita. Pero en esa época aun no lo sabía.

La calesita fue toda una experiencia de vida para mí. Descubrí que disfrutar de la vida tenía que ver con el movimiento, que la vida está hecha de movimiento. Tiempo, espacio, y movimiento. Todo eso lo proporcionaba la calesita, un tiempo inapelable, tantas vueltas da la calesita y se para, y se acabó hasta la próxima vuelta. Una vuelta está conformada por... ¿Sabe que nunca conté cuantas vueltas se da en una calesita para completar una vuelta a la calesita? He aquí una prueba más de la teoría de la relatividad: Esperar la vuelta era una eternidad, mientras que lo que duraba una vuelta era breve y siempre insuficiente. Cuando la calesita estaba parada, el encanto desaparecía y todo parecía aburrido y desanimado. El tiempo se detenía, el espacio se achicaba. La clave para vivir y ser feliz era estar en movimiento. La calesita me demostró que no era el mundo el que se movía, era uno el que se movía, siempre y cuando se subiera a la calesita. Es así nomás, cuando uno es el que se mueve todo comienza a moverse con uno. La teoría de la Relatividad. ¿Einstein se habrá subido a una calesita?.

Dar vueltas en la calesita era muy atractivo, no lo voy a negar, pero mucho más lo era intentar atrapar la sortija. ¡Ah, la sortija! La posibilidad de atrapar la sortija abría un mundo de probabilidades y emociones intransferibles. La sortija estaba encastrada, provocativa, esquiva, y tentadora en una bocha de madera con forma de pera, que a su vez colgaba de una cadena, que a su vez estaba agarrada a un caño movible, que a su vez estaba ensamblado a un poste de madera, que a su vez estaba enterrado en la tierra, todo pintado de verde botella, a la vera de la calesita, a la distancia justa. Y colgando de todo ese armatoste estaba la sortija, quieta, majestuosa y sugerente, con su pequeño anillo tentándonos a atraparla. Cuando la calesita se ponía lentamente en movimiento, y sonaba la música, nada importante ocurría. Había niños, y sobre todo niñas, que comenzaban a alborotar pasándose de un autito, a una lancha, o de allí a un avión o un caballo, o lo que fuera. Pero para los otros niños, entre los que yo me encontraba, nada de eso importaba, estábamos ocupados en una ceremonia de iniciación, un rito de preparación para una lucha sin

cuartel, la lidia por la sortija. Buscábamos rápidamente uno de los parantes de la calesita, enredábamos nuestras piernas en ese barral para dejar así nuestras manos libres, y esperábamos el gran momento. En un preciso instante, siempre misterioso e impredecible, el Gran Operador, el calesitero, se acercaba parsimoniosamente al artefacto, tomaba con una mano la bocha, y la sortija cobraba súbitamente vida, serpenteando ondulante en el aire mientras nuestros pequeños corazones palpitaban frenéticamente.

El Gran Operador de la Excelsa Sortija era para mí un ser impredecible, fascinante y abominable, fuente de infinidad de emociones y aprendizajes. Si lograba birlarle la sortija, se me concedía una vuelta gratis. ¡Otra vuelta gratis!. ¿Se da cuenta? Mi querido calesitero había inventado el asunto de acumular millaje muchos años antes que las compañías de aviación se lo arrogaran como novedad. Sacar la sortija era un verdadero regalo para la vida. La excitación por el desafío generaba cataratas de adrenalina. No importaba disfrutar la vuelta ya pagada, el auténtico deleite era la gloria por lograr vencer la astucia, la picardía, y los ardides del calesitero que nos tentaba con la sortija a medida que la calesita nos acercaba a ella, para después sacudirla, y con tretas y artimañas evitar que la atrapáramos. Dígame la verdad, ¿cuántas veces la excitación y anhelo por atraparla se transmutaron en un segundo en una carga de furia y frustración cuando la calesita nos alejaba inexorablemente, humillados y derrotados por no poder ganarle a los esquives del gran manipulador.

Yo intentaba observar el inescrutable rostro del Gran Operador para encontrar una pista que me revelara sus intenciones, pero aprendí que poca gente, pocas veces, estaría dispuesta a satisfacer mis deseos y había que estar preparado para soportar y superar la desilusión. La sortija había que ganársela, y los que sabían ganar eran lo que sabían que hacer cuando perdían. ¿Qué hacer cuando se pierde?, Muy simple, bajarse de la calesita, salir corriendo para ganar unos metros, subirse, y prepararse para probar otra vez. Desde luego que eran muchas más las veces que me quedaba con las ganas de derrotar al infame negador que atrapar la sortija y seguir mi viaje gritando de alegría y orgullo mostrando al mundo la sortija como si fuera el vellocino de oro. No hay nada que hacer, para ganar hay que aprender a perder. Y ya no tenía ninguna importancia si en la siguiente vuelta había que devolverle la sortija al exigente y mezquino calesitero. Ya la gloria era mía.

Cuando le pifiaba a la sortija comenzaba para mí otra experiencia de una intensidad casi agotadora: esperar que la calesita girara lentamente hasta presentarme nuevamente a la sortija. Era casi insostenible la ansiedad hasta lograr ver si la sortija seguía aun en su lugar, o alguien se la había llevado antes. Comprendí que la calesita me daba siempre la oportunidad de dar vueltas y pasar por el mismo lugar, pero era necesario concentrarse, focalizarse, compenetrarse absolutamente en el desafío de desenganchar esa sortija. No podía haber nada que me distrajera. Si quería la sortija debía olvidarme de todo, hasta de mi dolor de muelas, para no desperdiciar la que podría ser mi última vuelta, mi única oportunidad. Había una sola sortija y muchos postulantes. Tenía que aprender a ser el mejor.

Era maravilloso comprobar desde lejos, y mientras la calesita me iba acercando, que la sortija aun estaba allí, ¡Una nueva oportunidad a la vista!. Luego de varias vueltas de la calesita, y fruto de misteriosos e impredecibles criterios que nunca pude descifrar, el dueño de nuestra felicidad o nuestra desdicha otorgaba a alguien el dulce néctar de la victoria entregándole mansamente la sortija... y así hasta la próxima vuelta... ”

...Y han pasado muchos años, y aun sigo subiéndome cada día a la calesita de la vida, agradecido porque el Gran Calesitero me otorga la dicha de probar otra vez, y así tener la oportunidad de sacarme de vez en cuando la sortija. Hoy sé que sacarse la sortija es hacer realidad un sueño. En la calesita de mi barrio aprendí cómo se hacía.

Si usted está allí, leyendo esto, es indudable que aun no se ha esfumado en una pequeña nube de humo, y la sortija de la vida sigue estando a su disposición. Por eso le regalo este recuerdo y le invito a que cada día se suba con todo entusiasmo a la calesita. Y ármese de paciencia, no se enoje, no hay expertos ni recetas para sacarse la sortija. Lo único que cuenta es la persistencia y seguir probando. Y si en algún momento pierde los estribos o le da demasiada importancia a las cosas, mire a la derecha y verá la gran chimenea.

El Calesitero

Cuando uno pretende ser cada vez más de lo que realmente no es, termina por no ser ni la mitad de lo que verdaderamente podría ser.

Mario Rosen

"He vivido una vida tan pequeña...
Y está por terminarse.

Me permití vivir esta vida mezquina
Cuando había tanto más... y pasó, y no la usé.
Y ahora nunca sucederá

¿Por qué nos dan la vida si no la usamos?

¿Para qué nos dan esos sentimientos,
sueños y esperanzas si no los usamos?

Creo que allí fue donde
Probablemente desaparecí.

Me perdí en esa vida sin usar

(I love Shirley Valentine)

PRÓLOGO

Un Prólogo que es un Epílogo,
Un Epílogo que es un Epitafio,
Un Epitafio que es un Interludio
entre el Pasado y el Futuro...
Ya que el Pasado no es más que
un Ensayo del Futuro

Las creencias no son eternas ni sirven para todo

"Aquí yacen mis queridas e idolatradas creencias, arrasadas por la cruel realidad. Descansen en Paz" dice la lápida.

Esa realidad que acuso de ser cruel es tan sólo todo lo real que ella irremediablemente debe ser, por más que me pese. La realidad ha sido siempre honesta y franca conmigo. Por el contrario yo he sido un desagradecido, comportándome como un niño caprichoso que no puede aceptar que ella sea lo único que puede ser... real.

Querido lector, quiero informarle, para que no se sorprenda, que está asistiendo, supongo que involuntariamente, a las exequias de mis viejas y destartaladas creencias. Desde luego que puede quedarse, no faltaría más, aprecio mucho su interés. No se sorprenda si me ve raro, estoy muy sensible y algo fastidiado porque algunos asistentes están simulando sonrisas mordaces y murmuran, mirándome de reojo, comentarios del tipo: "Y, yo le avisé, pero él, como una mula".

Usted se preguntará, ¿por qué este desenlace tan repentino y dramático?, Muy simple, mis creencias no pudieron soportar el implacable paso del tiempo y, como las prendas de un viejo ajuar hecho a medida terminaron por ser inútiles, chicas de manga, para una realidad cada vez más demandante, exigente y mutante.

Mis creencias estaban tan convencidas y orgullosas de aquello en lo que creían que se confiaron demasiado y de un modo ingenuo y erróneo pretendieron que la realidad se adaptaría a sus caprichos. Dieron por descontado que ellas abarcaban toda la verdad conocida y cometieron el fatal error de suponer que ese minúsculo retazo de verdad a su alcance era toda la verdad revelada. Mis creencias se dejaron arrastrar por el más humano y común de los pecados, ***la* estupidez.** Terminaron por ignorar el vasto universo de los imponderables y los imprevistos. Se empecinaron una y otra vez en recurrir a sus viejas recetas con sus viejos resultados y recitaron la monótona letanía de sus desacreditadas y vetustas respuestas a preguntas que ya no eran ni siquiera formuladas. Mis creencias me obligaron a recorrer los mismos viejos caminos con los mismos viejos destinos cuando el mundo cambiaba y yo quería ir a otro lado. Había cosas que desaparecían y cosas que había que crear. Como si negar, impugnar, excluir, evadir o distorsionar la realidad provocaría la candorosa magia de alejar lo doloroso, lo horroroso, lo ineludible y lo obvio.

"Tendrían que vivir dos vidas, una para cometer todos los errores, y la otra... para aprovecharlos"

H. D. Lawrence

Desde luego, la realidad, al igual que la muerte, resultó ser incorruptible y no se dejó modelar ni sobornar por las pretensiones y sugerencias de mis creencias. Mis creencias y la realidad desencadenaron una lucha sin cuartel en la cual el campo de batalla fue mi vida, mi cuerpo y mi mente. Yo me acomodé como un mero espectador, o un simple actor de reparto en mi propia existencia. No sabía que también era el autor del libreto de mi vida y tenía reservada la propiedad intelectual del mismo. Siempre fui el autor. No importa en qué papel me pusiera. Siempre lo fui.

La ignorancia no se ve, pero siempre está presente

¡Vaya sorpresa, mire quien vino!, Mi ignorancia. Es curioso que mi ignorancia, tan llena de preguntas, se haya hecho presente en este crucial y dramático momento de mi vida en que pierdo trágicamente a todas mis queridas respuestas. Mi estimado lector, ¡esto es providencial! Permítame tener el gusto de presentarle a mi ignorancia.

Querida ignorancia, le presento a mi estimado lector. No se preocupe, puede darle la mano sin temor, mi ignorancia no es contagiosa, está demostrado que cada uno debe entenderse con su propia ignorancia.

¡Cómo creció mi ignorancia!. ¿No es sorprendente?. Bueno, hace mucho tiempo que no la veo. ¡Qué robusta se muestra!. Es como la maleza, cuanto uno más la descuida, más crece. Honestamente, me hubiera gustado mostrarle que yo también había crecido. Mi ignorancia está así de grande porque, conocedora y previsora, fue recopilando pacientemente todo lo que yo no quería saber. Alimentando a la ignorancia, está el miedo a saber, detrás del miedo a saber está el miedo a hacer. El antídoto a la cobardía es la curiosidad, y detrás de la curiosidad está la sabiduría.

"No hay nada más fecundo que la ignorancia consciente de sí misma"

(Ortega y Gasset)

En algún lugar siempre tuve a mi disposición lo que me faltaba saber. Ese lugar no estaba en el universo de lo que yo ya sabía, estaba en el más vasto universo de lo **que yo no sabía que no sabía,** en mi ignorancia. **Muchas veces lo que uno ya sabe es el peor obstáculo para aprender algo nuevo.** ¡No sabe las veces que mi ignorancia trató

de hacerle entender a mi estupidez lo estúpida que era y que no pretendiera saber tanto!. No recuerdo ya cuantas veces mi ignorancia y mi sentido común se citaron con mi estupidez con el firme propósito de hacerla reflexionar sobre mi futuro. Todo fue inútil, aparte de estúpida, mi estupidez era obcecada. La subestimación y la soberbia, tan distintas ellas, se acostaron en mi propia cama y terminaran por concebir a su hija predilecta, la estupidez, a la que yo estúpidamente alimenté y mantuve por muchos años.

En última instancia, ya no importa demasiado; lo que importa es que mi ignorancia es la que me devolverá mi propia identidad. Para ello tendré que tener el coraje de correr la cortina del miedo y ver que hay detrás de mi ignorancia. Ella sabe lo que yo no sé de mí. Hoy ya sé que debo encontrar mi auténtica identidad. También sé que ella está escondida detrás de otras identidades manifiestamente falsas que yo diseñé para ocultarme y vivir la ilusión de que lograba engañar a todos todo el tiempo.

> "Las personas no son ridículas sino cuando quieren aparentar lo que no son"
>
> G. Leopardi

Supongo que así es como debo haber extraviado mi propia identidad: intentando ser lo que no soy y obsesionándome por poseer lo que realmente no necesitaba. Si uno tiene la suerte de romper la barrera de la estupidez y se descubre a sí mismo, lo primero que ruega es que ***aún no sea demasiado tarde para hacer algo por uno mismo.***

> *"Todos los sufrimientos de nuestra alma provienen del extravío de nuestros deseos y de nuestra obstinación en realizar mentiras. Todos los sufrimientos de nuestro corazón provienen de que amamos para recibir y no para dar, para poseer y no para mejorar, para absorber y no para inmortalizar".*
>
> *Eliphas Levi*

Cuando acepté mi estupidez recuperé mi identidad. En ese momento uno se ve a sí mismo en su totalidad, con sus dones y sus limitaciones. Allí yo me enteré que no era ni un sub-humano, ni tampoco un super-humano. Era un humano. Como demostraré mas tarde, ser un humano no es una enfermedad. Cuando recuperé mi identidad, reconociendo mi ignorancia, rescaté enormes espacios para contener mis propias vivencias, experimentar, aprender y ser mejor. Pude aceptar que está bien no saber todo, y que está mal simular saberlo todo.

Reconocer la propia estupidez no significa que podremos desprendernos de ella, pierda toda esperanza al respecto. Cuando indago en toda mi historia personal la encuentro siempre. Nunca pude evitarla. Hoy compruebo que sigo luchando con ella. Y dado todos estos largos e históricos antecedentes nada me hace decir que pueda eliminarla de mi vida en el futuro. ¿Y entonces, qué puedo hacer?. Darle la bienvenida, sentarla como a un chico travieso, bien a la vista, y no dejar de observarla. Apenas uno se descuida se escapa para hacer de las suyas.

> "Todo hombre quisiera ser el primero, aún entre los iguales. Quiere ser superior de una manera o de otra a cuantos lo rodean. Quiere dominar, mandar, parecer grande, más rico, más hermoso, más sabio. La historia de los hombres apenas es otra cosa que el terror a la
> inferioridad"
>
> Papini

Cuando acepté mis resultados, buenos o malos, cuando desistí de discutirlos o disfrazarlos, cuando aprendí a decirme la verdad sobre mi realidad y sobre mí mismo, recuperé mi identidad y abrí nuevas posibilidades.

En ese momento comprendí lo que me había estado haciendo a mí mismo sin saber que me lo estaba haciendo. **¡Cuándo uno se hace a sí mismo algo que le hace daño y no sabe que se lo está haciendo, no hay modo de dejar de hacerlo!.** Esa es la gran estupidez. El único modo de salvarse es reconocer la propia estupidez, aceptarla y comprenderla. Uno puede llegar a deleitarse con ella, aprender a reírse de ella, y dejar de hacer lo que no le conviene.

> "Muchos hombres cometen el error de sustituir el conocimiento por la afirmación de que es verdad lo que ellos desean"
>
> Bertrand Rusell

Bien, en definitiva, desde que reconocí y acepté a mi estupidez mi vida fue una inquietante y excitante propuesta de preguntas con final abierto. Mis preguntas, finalmente libres de sus ataduras a viejas respuestas, se lanzaron a buscar por todos los rincones y me sorprendieron con nuevos interrogantes, nuevos dilemas e infinitas respuestas posibles. Pero decidí no cometer más la estupidez de asesinar a mis nuevas e inteligentes preguntas con respuestas viejas. Reconozco que es más cómodo vivir con respuestas equivocadas que nos dan la ilusión de seguridad que con preguntas que nos desafían, despiertan inseguridad, y nos hacen vulnerables.

¿Cuál es mí propuesta hoy?., Que aprenda a reconocer su propia estupidez sin ningún reparo. No se imagina el tiempo, esfuerzo y dedicación que se consume ocultando a la estupidez mientras ignoramos a nuestra fecunda ignorancia. Yo sé que la estupidez y la vergüenza siempre andan juntas. Por eso dejar de hacerse el estúpido y reconocer la propia estupidez es cuestión de coraje.

Es verdad que tenemos mucho miedo a perder. El cambio siempre significa que algo se crea y algo se destruye, que algo viene y algo se va. Pero tenga cuidado, muchas veces el temor a perder nos hace aferrarnos desesperadamente a lo que tenemos. Preocuparnos tanto por lo que tenemos nos impide obtener lo que nos falta. Angustiarnos por lo que nos falta nos impide disfrutar lo que tenemos. Terminamos por perder lo que tenemos y no traemos lo que nos falta. ¡Vaya estupidez!.

Creo que nos enseñaron a cuidarnos demasiado. Para eso nos vamos cubriendo de miedos, incontables capas de miedos que se van protegiendo los unos a los otros hasta que una espesa coraza de miedos encallecidos e insensibles nos oculta de los demás y de nosotros mismos. Por cuidamos demasiado terminamos haciendo siempre lo mismo, hacemos siempre más de lo mismo porque no hay riesgo, no hay riesgo porque es conocido, como es conocido, es seguro; como es seguro, es cómodo; es cómodo porque es seguro... y sigue la ronda, pero terminamos por aburrirnos y nos anestesiamos. Por cuidarnos demasiado, descuidamos hacer la vida que queremos y terminamos por hacer la vida que podemos. Nos perdemos en esa vida sin usar.

No hay nada que despierte tanta resistencia y tanta curiosidad como buscarse a uno mismo ni nada que asombre tanto como encontrarse. Cuando uno se encuentra a sí mismo necesita saber cómo hizo las cosas hasta ese momento, cómo logró lo que logró y cómo malogró lo que malogró. Las personas sólo fracasan cuando no aprenden de sus experiencias. Siempre hay tiempo para vivir una vida que valga la pena. ¿Cómo se aprende a vivir esa clase de vida? Aprendiendo de los errores.

Creo que es el momento que de por terminado mi prólogo y vaya contándole cómo fue mi aprendizaje. Como primero tuve que desaprender muchas cosas para luego aprender otras. Quiero que sepa que podemos arruinarnos la vida muy fácilmente. No lo hacemos de un día para otro. Si los problemas se nos echaran encima de golpe, podríamos pegar un salto para salirnos rápidamente de ellos, pero no es así. Vamos haciendo cosas que no sabemos que estamos haciendo, y sus consecuencias se van amontonando detrás del

horizonte. Un día cualquiera, cruzamos el horizonte y nos encontramos con todo eso. Desde luego que no podemos explicarnos cómo es que ocurrió, y entonces nos enojamos, y culpamos a otros o nos echamos en cara lo sucedido.
Para su consuelo quiero que sepa también que crear algo valioso en su vida no es tan difícil. El dilema es estar atento a la propia vida. Usted es lo único que usted tiene para hacer su propia vida. Así que tiene que empezar por usted. La vida empieza y termina en usted.

> *Una vez leí una historia acerca de un sacerdote, que fue enfrentado por un soldado mientras estaba caminando calle abajo en la Rusia pre-revolucionaria. El soldado, apuntando su fusil hacia el sacerdote, le demandó enfáticamente, "¿Quién es usted?" "¿Dónde va usted?" "¿Para qué usted va allí? " El sacerdote calmadamente replicó "¿Cuánto le pagan a usted?" Algo sorprendido, el soldado respondió, "veinticinco kopecks al mes". De un modo pausado y de una manera profundamente pensativa el sacerdote le dijo, "Yo tengo una proposición para hacerle. Yo le pagaré cincuenta kopecks cada mes si usted me detiene aquí cada día y me desafía a responder a esas mismas tres preguntas".*

¿Cuántos de nosotros tenemos un "guardián" que nos confronta con las duras preguntas de la vida y nos empuja a examinarnos y desarrollarnos más completamente y a fondo?.

¿Quién es Usted?
¿Dónde va usted?
¿Para qué va Usted allí?

"Uno espera y espera hasta que, algún día,
tiene que decidirse a hacer esa vida
que tiene en su mente".
(de Used People)

"Si fuese a expresar algún deseo, no anhelaría la riqueza ni el poder
sino el apasionante sentido de la potencialidad: el ojo que siempre
joven y ardiente, ve lo posible. El placer trae desencantos, la posibilidad, nunca.
¡y qué vino puede ser más espumoso, más fragante y
embriagador que la posibilidad!

Soren Kierkegard

CUIDANDO LA IMAGEN

Los Números Nunca Mienten

No hay nada más provechoso que tener, de vez en cuando, un contacto saludable con los números y las estadísticas. Los números nunca mienten. Los números no son juicios, no son abstracciones, son hechos rotundos e inapelables. Los números pueden parecer fríos, pero, ¿Qué pasaría si yo le preguntara cuántas veces por día mira a sus seres queridos y cuántas veces les dice que los quiere? ¿Qué pasaría si le preguntara cuándo fue la última vez, mes y día, que abrazó a sus padres y cuántas veces lo hizo este año? Verá que los números enseguida toman vida, y se calientan hasta el rojo vivo. Porque los números nunca mienten. Nos dicen sobre nuestro grado de participación en nuestra propia vida. Sume todo lo que tiene en bienes materiales, divida eso por todo el amor que lo acompaña y tendrá un resultado: **Cuanto más amor, menos importancia tienen los números. Cuanto menos amor, más importancia tienen los números.** Dicen que los pobres albergan una esperanza que los ricos ya no tienen, que el dinero les dará la felicidad. Usted puede ser dueño del amor o esclavo de las cosas.

En mis conferencias, charlas o seminarios, acostumbro presentarme del siguiente modo: "Mi nombre es Mario Alberto Rosen, soy médico desde el año 1963. Tengo 61 años. Estuve casado durante 23 años con Elsa, luego me divorcié y durante 6 años conviví con otra persona. Pasados esos seis años me separé y me volví a casar... con Elsa. Sí, con la misma mujer otra vez. Tengo dos hijos, Daniel es médico y está casado. Diego falleció de cáncer el 16 de febrero del año 1995, a sus 24 años de edad, luego de 18 meses, aproximadamente 540 días o, si me lo permite, de 12960 horas de esperanza y agonía.

Una precisa y breve presentación, llena de números, que oculta todo un drama de vida colmado de pérdidas casi insuperables, errores elementales y aprendizajes esenciales. Tengo 61 años, lo cual significa que ya he vivido 22.265 días. Si lograra vivir hasta los 100 años, cosa posible pero bastante improbable, llegaría a los 36.500 días de vida. Como verá no son tantos días. Si hago la correspondiente resta entre lo que ya he vivido y lo que hipotéticamente podría llegar a vivir (veamos si me acuerdo, 22.265 - 36.500 = 14.235) llego a la conclusión que me quedan, con mucha buena suerte y viento a favor, 14.235 días. Si no tengo tanta suerte, si sólo logro llegar a los 80 años, cosa más probable, mi cálculo me da apenas 6.935 días. Es muy poco tiempo. (¿Alguna vez hizo este cálculo?) Aunque pueda ponerlo nervioso no está de más que lo haga cada tanto. Los números, al igual que los resultados, nunca mienten, Los números le hacen saber que **el tiempo no es inagotable,** y eso le despertará una saludable **sensación de urgencia** que lo impulsará a dejar de hacer estupideces y hacer cosas importantes. ¿Y los resultados?, Los resultados siempre vienen atrás de sus acciones, y le dicen quién ha sido usted. En algún punto, **uno es lo que hace.**

Permítame mezclar el poder de los hábitos con el poder de los números y verá lo que sucede. Empezaré por un cuento muy corto:

> *"El gato se sentó en una hornalla caliente y se quemó. Desde entonces nunca más se sentó en una hornalla caliente, ni en ninguna hornalla fría".*
>
> Mark Twain

Si pudiera seguir la vida de este pobre infeliz gato, probablemente comprobaría sorprendido que el gato nunca más se sentó, vivió parado. ¿Qué pasó? El gato trasformó rápidamente la sensación de dolor en una emoción de miedo. El miedo aprende a protegerse a sí mismo y genera una **nueva creencia** y un **nuevo hábito** para protegerse: En este caso, no sentarse nunca más. Si te sientas, te quemas. El error de la creencia fue que generalizó y eliminó datos al mismo tiempo. Le hizo creer al gato que no debía sentarse en ningún lugar, nunca más, y le impidió ver que había muchos otros lugares donde podría haberse sentado sin peligro.

¿Le ha pasado alguna vez que se mudó de casa y descubrir que las llaves de luz estaban ubicadas más bajas o más altas que en su anterior domicilio? ¿Cuánto tiempo estuvo manoteando a la altura equivocada hasta que aprendió la nueva ubicación? ¿Cuánto tiempo tardó en acostumbrarse a la nueva ubicación y a no pensar más en eso cuando entraba a una habitación? ¿En cuánto tiempo lo empezó a hacer automáticamente y transformarlo en un hábito? Lo mismo le pasaría con el manejo de un automóvil, o aprender a andar en bicicleta.

Volvamos a los números. Está demostrado que se necesitan aproximadamente 70 días para adquirir un nuevo hábito, siempre y cuando uno esté decidido a adquirirlo y seguir una disciplina. Esto significa que en mis ya vividos 22.265 días yo debo haber adquirido una descomunal competencia en varios comportamientos míos. Inclusive, es muy probable que haya adquirido una colosal competencia en muchas incompetencias. Calculo que 70 días caben unas 318 veces en 22.265 días. Si estuve practicando el Decálogo del Buen arruinador de su Propia Vida y Vidas Ajenas, cosa que descuento, y pronto tendré el disgusto de presentarle ¡Estuve practicando arruinarme la vida unas 318 veces! No cabe la menor duda que hoy debo tener una portentosa habilidad para hacer la vida que estoy haciendo, sea lo que sea mi vida. Los números nunca mienten.

Durante esos 22.265 días yo he sido mi propio entrenador. Y es muy lógico, cuando uno se hace grandecito pretende aprender sólo, ya que nadie sabe mejor que uno. ¿Sabe de qué me estoy dando cuenta ahora? ¡Que es muy posible que, gracias a este prolongado auto-entrenamiento, en el que yo he sido mi propio entrenador, probablemente haya adquirido hábitos malsanos, como los del gato, y me **esté haciendo a mí mismo una cantidad de cosas que ni sé que me las estoy haciendo!** ¡Esto es muy grave, **si uno no sabe que se las está haciendo, no hay ninguna posibilidad que deje de hacerlas!** ¡Esto significa, a su vez, que es muy probable que yo sólo me entere que me las estoy haciendo cuando, detrás del horizonte, me estén esperando las consecuencias de mis **incompetencias** y me dé narices contra ellas! ¡Y es seguro que me voy a indignar muchísimo cuando ocurran esas cosas que diré, no me cabe la menor duda; "yo no sé como me pasan!" ¡Y para explicar tal misterio deberé encontrar culpables! ¡Aleluya, el mundo está lleno de gente a la que se puede culpar! ¡Benditos sean los culpables que nos liberan de la culpa!

Sin embargo, debo reconocer que en ese duro aprendizaje estuve aprendiendo unas cuantas cosas. Hoy sé unas cuantas cosas. Pero con saber no hacemos nada. El problema es que **hay que aprender a usar lo que uno ya sabe.** Para eso hay que cambiar los hábitos.

Una de las cosas que aprendí en este largo camino de 22.265 días es a distinguir entre los propósitos y los métodos, entre lo importante y lo urgente, entre lo que uno realmente necesita y lo que desea.

Buenos Propósitos versus Malos Métodos

Me avergüenza relatar este episodio de mi vida, porque tendría que haberlo evitado. Lastimé a mucha gente y no puedo encontrar culpables. Así que me queda una sola alternativa, denunciar al responsable. Lo hago para reafirmar mi decisión inapelable de no rendirle más tributo a la imagen con la que embauqué a todo el mundo y me engañé a mí mismo, ni dejarme arrastrar más por las creencias y los hábitos que pretendieron sobrevivir a costa de mi muerte psicológica y mi inanición emocional. Es un homenaje que le rindo, a pesar de todo, a mi pasado, por todo lo que me enseñó.

Es también una severa reprimenda a la imagen que me desplazó de mi propia vida y se glorificó a expensas de mi humillación y mi indignidad. Esta experiencia de mi vida es también un ejemplo paradigmático del uso del Decálogo del Buen Arruinador de su Propia Vida y Vidas Ajenas. En los momentos de crisis se conoce a la gente, incluido a uno mismo. Lamentablemente hay veces en que la experiencia es un verdadero fiasco. Hay un viejo dicho que dice que a la gente se la conoce cuando tiene que poner la mano en el bolsillo, cuando está borracha, y cuando juega. Yo jugué el juego de la vida, y hubo un tiempo en que fui un muy mal jugador. Fui tramposo, ladino,

calculador, embustero y timador con los sentimientos de mucha gente. Espero contar con su comprensión. Esta es una historia parecida a la de cualquiera y distinta a la de casi todos.

Todo comenzó cuando a mis cuarenta y pico de años se fue instalando en mí, lenta y subrepticiamente al principio, y más tarde con violencia y rudeza, un sentimiento de confusión, desconcierto y caos. Claramente se fue alojando en mi vida la sensación de la pérdida de sentido y significado, tanto en mis relaciones con la gente como con las cosas. Ya no estaba dándole a las cosas y a las personas la misma importancia que hasta no hacía mucho tiempo le había dado. Nada parecía ser importante en mi vida. A pesar de estar rodeado de amor y de prosperidad, sentía que algo me faltaba y no sabía qué era. Sentía una especie de vacío interior que se agrandaba cada día más, como un agujero negro en el centro de mi pecho. Cada día debía hacer un mayor esfuerzo para sentir el amor por las personas que más amaba en la vida. Cada día le daba menos importancia a cosas que me había costado tanto conseguir. Mi alma se había extraviado. Sentía un nudo en mi garganta, un boquete en mi estomago, y anestesia en mi corazón. "¿Qué me pasa?...... ¡¿Qué me está pasando!?". ¿Alguna vez sintió que perdió su identidad? Me miraba al espejo y me preguntaba: "¿Dónde está ese brillo de tus ojos, dónde perdiste la sonrisa en tus labios?" ¿Por qué en tu cara ese rictus de enojo y disgusto marcado como con un cincel?

Preguntas aterradoras saltaban en mí mente, ¿Quién soy? ¿Para qué estoy haciendo lo que hago todos los días? ¿Quién quiero ser? ¿Qué sentido tiene todo lo que estoy haciendo? ¿Para qué estoy todos los días resolviendo problemas, apartando piedras del camino, soportando cargas, deberes y obligaciones? ¿Para qué? ¿Para qué?

¡Ah, si uno no tiene buenas respuestas para semejantes preguntas, está perdido! Mi "guardián", mi desarrapado y mal pago "soldado" interior me estaba apuntando con su rifle y me preguntaba una y otra vez: "¿Quién es usted? ¿Adónde va usted? ¿Para qué va allí? Durante un tiempo estuve haciendo lo que cualquier ser humano haría: disimular, negar, ocultar, mentir, reforzar la armadura y pintarrajear aun más la máscara detrás de la que me ocultaba para evadir las preguntas, y sobre todo, evitar las respuestas.

> **"El miedo a saber es en el fondo, un miedo a hacer, porque tomar conocimiento entraña una gran responsabilidad"**
>
> *Abraham Maslow*

Pretender saberlo todo

Es extraño que yo, que me habla enfrentado tantas veces en mi profesión médica al dolor y a la muerte, que me habla hecho responsable de hacer tantos diagnósticos y tratamientos, que había escuchado angustias y secretos de tantas personas. Yo, que había dado tantos sabios consejos, no supiera hacer lo mismo conmigo. No supe enfrentar con coraje y responsabilidad mi realidad.

En parte por miedo, en parte por vergüenza, en parte por orgullo, y en gran parte porque pretendí que yo solo me bastaba y nadie tenía nada para enseñarme, no pedí ayuda. Hoy ya lo sé, no me diga nada, ya lo sé: **Nadie es tan fuerte, nadie es tan perfecto, nadie lo sabe todo.** ¡Pero cuanta gente se lo cree!... ¿Cuánta gente se lo cree?... ¿Que cuánta gente se lo cree? ¡Vamos, no nos engañemos más, mucha gente se lo cree! Fuertes, perfectos y sabihondos... callan sus sentimientos, sus miedos y sus angustias en un concurso de "Finjamos que aquí no pasa nada", **hasta que viene la vida y les toma examen.**

Dicen que cuando algo no cae de tu boca, caerá en tu cuerpo, y que todos esos secretos y todos esos sentimientos no expresados se irán acumulando y cristalizando en el cuerpo hasta que algún día ocurre la crisis: Se libera toda la energía acumulada y uno explota, o implota. Si explota, lastima y hiere a los demás. Si implota, uno se enferma.

¿Qué hice yo? Ambas cosas, exploté e imploté. Fue como una represa que se desplomó y un torrente de emociones arrasó con todo y se precipitó fuera de mí sin que pudiera controlarlo. Agredí y lastimé. Culpé a lo que tenía por no haber logrado lo que me faltaba. Impulsado por esta

severa crisis de estupidez no tuve mejor idea que patear el tablero de mi vida y huí hacia adelante. ¿Qué hace uno en ese caso? Cambia de trabajo, o cambia el auto, o cambia de pareja, o cambia de lugar, cambia de moda, cambia de casa, o cambia de caprichos. Pero cambiarse a uno mismo, ¡ni se le ocurra! Yo quería que las cosas cambien pero sin tener que cambiar yo. ¿Es posible que uno pueda cambiar las cosas sin cambiar uno?

Yo cambié todo al mismo tiempo. A mis cuarenta y pico de años me enredé vertiginosamente en una pasión adolescente que no supe controlar. Romance, pasión, frenesí, clandestinidad, ingenuidad, deslealtad y engaño. A través de esta nueva relación amorosa pretendía reencontrarme con mis fantasías de gloria. En vez de tener el coraje de enfrentar mi dilema y provocar mi transformación, hice lo más fácil, culpé a lo que tenía por lo que me faltaba y lo castigue expulsándolo graciosamente de mi vida.

Es verdad, cuando uno no tiene el coraje de cambiarse a uno mismo comete la estupidez de pretender cambiar a los demás, acusándolos de todos los males. Un 24 de marzo de 1988, abandoné todo lo que había construido durante más de 23 años, 8.395 días (otra vez los números). Abandoné a una mujer que me amaba, a dos hijos sorprendidos y perplejos, y a amigos de toda la vida desconcertados. Huí cobardemente por no saber confrontar con mi confusión y aceptar el desafío de aprender mis lecciones.

¿Se puede imaginar lo que sufren esas personas cuando uno crea amor en ellos y luego se va? ¿Qué pueden hacer con ese amor si uno se va? ¿Adónde lo ponen? ¿Lo guardan, lo matan, lo convierten en odio? ¿Qué hacen? Es casi imposible saberlo a no ser que uno lo haya experimentado. Es bajar al quinto infierno. No trate de adivinar, yo se lo diré. Ahora lo sé, porque la vida, que no tiene impunidad, terminó por hacérmelo sentir en carne propia. ¿Qué hace cuando lo dejan con el amor atragantado?: Cada día, cada uno de los días, mastica ese amor, lo va rumiando hasta transformarlo en odio y luego, asqueado al sentir en qué lo ha convertido, lo tiene que vomitar porque le retuerce el estómago y lo inunda de congoja y amargura. Y luego, mal que le pese, con toda su humillación y dolor, vuelve a tragarse el vómito, y vuelve a masticarlo y a rumiarlo, y vuelta a vomitarlo... y así, cada día, hasta que ya ni le siente el gusto... y se anestesia emocionalmente. Adiós, dejó de estar enamorado de la vida. ¡Y uno elige hacerlo cada día!

Aun no había comprendido que uno no puede crear amor en los demás y después desaparecer dejándolos con todo el amor atragantado. Eso es inmoral, es cruel, es perverso. No sabía que tenía mucho que aprender sobre el amor. Este amor egoísta, carente de compasión y de tolerancia, no era verdadero amor, no era un amor inteligente.

Durante seis años (2.190 días) estuve alejado de ellos, y de mí mismo, tratando de restaurar al ídolo caído, rindiéndole culto a la imagen, y sacrificando mi dignidad. Estuve buscándome a mí mismo, buscándome afuera cuando siempre me tuve adentro. En realidad, nunca me perdí, simplemente me daba miedo encontrarme. Yo no estaba perdido, yo estaba huyendo de mí mismo. Siempre fui mi mejor y mi peor compañía. Simplemente jugaba a las escondidas conmigo mismo. Pero las cosas pendientes nunca se quedan esperándote en el pasado, te siguen como tu sombra hasta el presente, y te sorprenderán esperándote tozudamente en el futuro.

Estuve aprendiendo duras lecciones. Cuando uno hace algo que no tiene sentido, que va en contra de sus principios y sus sentimientos, **sabe que lo está haciendo. Uno finge no saberlo,** pero lo sabe. ¡Sí, que lo sabe! Hace juegos con la mente, se llena de razones que tratan de explicar porqué uno hace eso. Pero el cuerpo no se deja engañar, cada vez duele más, cada vez se retuerce más, no lo deja dormir, se paraliza, se hace lento y se fatiga. Grita, ¡No es así, no es aquí!

Hoy **me doy cuenta** de todas las cosas increíblemente estúpidas que hice para **no darme cuenta.** Usé toda mi inteligencia para explicar lo inexplicable. No tenía desperdicio escucharme decir las tonterías que decía para justificar y explicar mi estupidez. Yo confundí los buenos propósitos con los malos métodos.

No escuchar

Elsa se aisló, tomó distancia para curar las tremendas heridas y se dispuso a esperar. Estaba convencida de que yo volvería, Nunca lo dudó. Y yo no me fui 6 días, me fui seis años. Ella sabía de mí lo que yo aún no sabía. Mis hijos al principio me buscaron. Ellos, desde luego, no aceptaban mi decisión ni la comprendían, pero intentaban respetarla. Lucharon para que siguiera siendo su padre. Me rogaron, me reclamaron, me buscaron, me siguieron, pero yo no escuché. Estaba muy ocupado escuchándome a mí mismo. No escuchar es uno de los modos más terribles de lastimar a la gente. La espada hiere la carne pero el silencio hiere el alma. Si quiere matar el amor, no lo escuche.

Querer tener razón hasta morir

Discutí ásperamente con los que quisieron ayudarme y hacerme reflexionar. Los avergoncé con mis inteligentes mamotretos intelectuales sobre la libertad de buscar y elegir. Busqué astutamente defectos en todo el mundo para explicar mis decisiones. **Quise tener razón hasta morir.**

Creé un mundo fantástico totalmente divorciado de la realidad, donde no existía la autocrítica y todo estaba concebido para encajar astutamente con mis razones. Son increíbles las monumentales explicaciones que se pueden llegar a urdir en la mente hasta construir una maraña de caprichosos y complejos argumentos para explicar por qué uno está haciendo algo que en el fondo sabe que no debe hacer, o por qué lo está haciendo de un modo tan grosero, perverso y desvergonzado. Todo el tiempo tenía que reforzar esa inextricable tela de araña que se rompía tan fácilmente, constituida por razones y más razones, y en la que, al mismo tiempo, iba quedando atrapado. Diseñé mi propia trampa. No sabía que era tan **difícil** salirse de la trampa que uno mismo diseñó.

La máscara y la coraza

Para ir por la vida rompiendo sentimientos y pisoteando corazones sin remordimientos hay que ponerse una armadura. Esta armadura está conformada por una máscara de "Todo-está-bien", con la que trataba de ocultar mis sentimientos, y una coraza de "Aquí-no-pasa-nada" que me hacía insensible a mis propias necesidades y a la de los demás. Detrás de ella había ocultado mi confusión, mi subestimación y mis miedos.

El esfuerzo que me demandaba cargar a la armadura era agotador. La imagen no tiene escrúpulos, es mentirosa y exigente. Sólo le importa cuidarse. Yo siempre tenía que estar escondido detrás de ella, simulando estar "en lo correcto" para "verme bien" y tener todo "bajo control". Con el tiempo la máscara se transformó en mi rostro y la coraza se fundió con mi corazón. La máscara era de piedra. La coraza era de hierro.

Seis años pasaron así. Usted se va a reír pero no puedo dejar de hacer números, son 2.190 días. No fueron inútiles, desde luego que no, ya que aprendí muchísimo desde el dolor y el sufrimiento. **Con el dolor se aprende rápido,** pero los precios son altísimos.

El mejor modo de volver loca a una persona es negarle que algo que está sucediendo frente a sus ojos, realmente esté sucediendo. Eso era lo que me ocurría a mí. Una pequeña parte mía, aún saludable, me mostraba la caótica realidad, mientras mi mente, profundamente enferma, negaba que eso estuviera ocurriendo. ¿Qué le pasa a una persona que ve con sus propios ojos que algo ocurre y su mente se niega a aceptarlo? ¿Qué pasa con una persona que desesperadamente quiere creer que algo que está pasando, no está pasando? ¿Qué pasa cuando uno no quiere ver lo que sus ojos están viendo? Simple, enloquece.

Permítame que le relate una experiencia de laboratorio que le explicará algunas cosas:

Usted sabe que cuando se coloca carne fresca frente a un perro hambriento, se le hace agua la boca. Esta es la naturaleza. Un psicólogo ruso, Pavlov, se preguntó si otro tipo de estímulo que no fuera la comida, podría provocar esta salivación automática. Pavlov pudo responder a la pregunta con un experimento sencillo e ingenioso. Traía la comida a los perros, e inmediatamente antes de dársela hacía sonar una campana. Al poco tiempo, cada vez que hacía sonar la campana, los perros

se babeaban, Hubiera o no carne, el sonido de la campana despertaba ese reflejo de salivación. Esto es lo que todos sabemos, pero hay algo más. Un perro fue acondicionado para reaccionar al sonido de una campana de tono grave de la misma forma que reaccionaría a la comida; cada vez que oía la nota musical grave, se le traía comida; su cola comenzaba a menearse; saltaba en alegre anticipación y se le hacía agua la boca. Pronto estuvo condicionado para actuar de esta manera cada vez que escuchaba la campana y su tono grave.

Luego, sus reflejos de temor fueron acondicionados para responder a los tonos agudos de otra campana. Se conectó un electrodo a su cuerpo y cada vez que sonaba la nota aguda de la campana el perro recibía una ligera descarga eléctrica. Naturalmente el perro se asustaba. Al poco tiempo, demostraba el mismo temor cada vez que sonaba la nota alta de la campana, aun cuando no recibiera ninguna descarga eléctrica. Se le tensaban todos los músculos, se arrinconaba temeroso con la cola entre las patas, se le secaba la boca. Todo su cuerpo, desde la punta de la nariz hasta los últimos pelos de su cola, se condicionaron para reaccionar al tono agudo de la campana.

Entonces, gradualmente, se fueron cambiando los tonos de las campanas. Cada día se fue reemplazando la campana aguda por otra un poco más grave y la grave por una cada vez más aguda. Por largo tiempo el perro no notó la diferencia y siguió reaccionando del mismo modo a cada campana. Placer por la comida con la campana de tono grave, miedo a la descarga eléctrica con la campana de tono agudo. Finalmente llegó el día en que los sonidos de ambas campanas fueron tan similares que el perro ya no pudo distinguirlos. ¿Qué hizo el perro? Lo mismo que cualquier ser humano en iguales circunstancias. Desarrolló una neurosis. Se arrastró al rincón y se echó a temblar. Rechazó la comida. No podía dormir. Se tornó sumamente irritable y tiraba dentelladas o movía la cola. Por momentos su corazón latía desordenadamente. Otras veces babeaba copiosamente. En otras, se le secaba la boca, pero se negaba a beber.

Pobre animal. No debería haberle sucedido a un perro, pero le sucedió. No debería sucederle, ni siquiera a un hombre. No obstante, me sucedió a mí. Cuando no podemos distinguir entre los estímulos, nos volvemos confusos, incoherentes y disparatados. Los conflictos ocurren dentro de nosotros, no afuera. Allí se libra la batalla. Sentimos que debemos hacer dos cosas contradictorias al mismo tiempo, En mi caso era seguir persiguiendo la ilusión de la gloria para rescatar una identidad, o volver con mis seres queridos, que estaban sufriendo por mí.

Hoy ya pasó. Puedo escuchar el sonido de las campanas; me deleito escuchándolas, porque ya no están más conectadas ni a mi estómago ni a mi cola. Debo decirle que curar al pobre perro demandó no menos de 6 meses de cuidadosa y paciente re-educación. Curarme a mí no fue tan fácil.

Cuando el amor es verdadero, es compasivo, perdona y **cura**

Siempre ocurre, no conozco a ninguna persona que en algún momento de su vida no le haya ocurrido. Es un momento cumbre en el aprendizaje, es el desesperante y bendito momento en que ya no sabemos qué más hacer, y no queremos seguir haciendo más de lo mismo. Es el supremo momento en que caemos de rodillas frente a nuestra propia ignorancia y nos atrevemos a reconocerla. Ya no queremos tener razón hasta morir, ya no pretendemos saberlo todo, ya estamos dispuestos a escuchar. A veces ese momento sólo ocurre cuando la vida te estremece con una crisis arrasadora. A veces sólo una enfermedad o un cataclismo logra que estemos dispuestos a cambiar.

> "La frase más maravillosa que escuché en mi vida no fue "te amo", fue cuando me dijeron "Lo felicito, su biopsia dio negativa de cáncer"
>
> Woody Allen

Cuando el cuerpo se enferma no hay persona que no se detenga. A veces la enfermedad es lo único que detiene a una persona y la arranca del locódromo de la vida. Mi cuerpo se enfermó. Pero

no se enfermó de cualquier cosa, lo hizo de tal modo que hasta un estúpido como yo pudiera entender el mensaje que pretendía enviarme. Me enfermó el corazón y las arterias: arritmia en mi corazón (arritmia en mis sentimientos) e hipertensión arterial (hiper-tensión).

La enfermedad **me paró, me obligó a prestarme atención y a ocuparme de mí.** Eso es lo que hace una enfermedad con cualquiera. Cuando tres de los cuatro cuerpos que nos componen (físico, mental, emocional, espiritual) se enferman, el cuerpo físico, que es el que más aguanta, se cansa y hace el **gran reclamo de curación.** Cuando tu espíritu, tus emociones y tu mente están enfermas; cuando el alma está perdida, cuando los pensamientos están intoxicados y las emociones envenenadas, el cuerpo físico viene a salvarte de un modo muy extraño pero eficaz, se enferma.

Si a usted le pasa algo así, en ese momento seguro que piensa algo, seguro que se lo dice: "¡Me voy a morir!... ¿Es que me voy a morir?... ¿Es que ya me voy a morir, y se acabó?". ¡Oh, Dios, no me quiero morir! ¡Tengo tantas cosas por hacer! ¿Sabe que hay gente que cree que es inmortal? ¿Usted cree que es inmortal? ¿Puede creer que yo me sentía inmortal? ¡Estúpido, estúpido, estúpido! Tengo una mala noticia: **El tiempo no es inagotable, nadie es inmortal.**

¿Quieres vivir o morir? ¿Quieres aprender o extinguirse? En ese momento se plantean las grandes preguntas. Si estás dispuesto a aprender, aparece el sabio maestro. Si estás dispuesto a curarte, aparece el ángel sanador. ¡Ah, el ángel sanador!, creo que cada uno tiene un ángel sanador. A veces se corporiza y se hace humano y no lo reconocemos, pero están en todas partes, esperando por nuestro pedido de auxilio. Mi ángel sanador estuvo presente en esos tiempos en cada momento, nunca me abandonó. Es verdad que se enojó por lo que había hecho. Se enojó, se enojó mucho, pero mucho. Pero conocía algo que yo no conocía, me conocía a mí mejor que yo mismo,

A pesar de todo, a pesar del tiempo, a pesar de mi locura, siempre siguió amándome y confiando en mí. Nunca se perdió de vista. Siempre se mantuvo a distancia, rogando por mí. Nunca me presionó, sólo me esperó. ¿Sabe lo que yo podría lograr en mi vida si confiara en mí mismo tanto como mi ángel confió en mí? **¿Por qué siempre dudamos tanto de nuestra confianza y no dudamos más de nuestras dudas?** Hoy aprendí a dudar más de mis dudas y menos de mi confianza.

Cuando caí de rodillas frente a mi propia ignorancia, me fui despertando. Sentí como si hubiera estado anestesiado mucho tiempo y lentamente fui tomando conciencia de mí. Cuando me empecé a mover el dolor del cuerpo y del alma fueron casi insoportables. No me imaginaba que el alma puede doler tanto. Allí comprendí cuánto había lastimado el alma a los demás. Claro, dicen que los moretones del alma no se ven.

A medida que me iba despertando comencé a ver a mi ángel. Era un ángel con las alas quebradas y el corazón sangrando. Sin embargo, gloriosamente, aún sangrando por sus heridas, me demostró el amor más grande que un ser humano puede tener por otro. Ese amor se llama compasión. ¿Sabe lo que es la compasión? La compasión es el amor cuando se arremanga y hace lo que él sólo puede hacer: comprender, perdonar y sanar. Le estoy hablando de la mujer que abandoné, la madre de mis hijos. ¿Sabía que, en realidad, el odio no es odio, que es el amor enojado cuando no puede hacer contacto? ¿Sabía que el odio y el amor son las dos caras de una misma moneda?

Ella fue mi mejor consejero, fue mi amante, fue mi sanadora. ¿Puede creer que después de tanto tiempo y dolor, se convirtió en mi ángel sanador? Yo le había dado algo, y luego le saqué todo. Ella me había dado todo, y nunca me sacó nada.

Cuando dejé caer mi armadura no fue por un acto de arrojo, sino por puro agotamiento. Es dramático sentir que uno ha quedado expuesto y vulnerable. Que puede ser lastimado, pero también puede darse a conocer. La atemorizante sensación de fragilidad que sentí se compensó con mi sensación de alivio. Ya no tenía que ocultarme más. En mi lápida ya no diría **"Aquí yace Mario, quien se ocultó exitosamente toda su vida"** No quiero estar en esa situación golpeando y gritando, "¡Por favor, sáquenme de aquí!, ¡Sáquenme de aquí!, ¡Nadie me conoce realmente! ¡Mi familia no me conoce, mis hijos no me conocen, mis amigos no me conocen... ni yo mismo me conozco!, ¡Sáquenme de aquí!". Y que alguien desde afuera, con dolor y rabia, me grite "¡Ya es tarde, estúpido, ya es tarde!".

Las Lecciones de la Vida

Finalmente, todo vuelve al origen. Debo decirle que en la vida no hay impunidad, que todo se paga. Cuando uno no aprende bien sus lecciones está condenado a repetir el pasado una y otra vez. Cambiar las cosas afuera no cambiaron nada las cosas adentro. Perdóneme, pero para explicarlo debo volver a los números otra vez. Un 20 de diciembre de 1993 tuve que escaparme del lugar hacia el que había escapado seis años antes. Ya había conseguido quedarme solo otra vez. Sin embargo, no me quedé solo mucho tiempo. Tuve que regresar al que nunca había dejado de ser mi hogar un 24 de diciembre de 1993. Sí, pocos días después. No fue un acto de irresponsable desatino, no fue huir hacia adelante, no fue buscar refugio, no fue un peregrino o suplicante acto de amor, fue un acto generado por el horror y el espanto. Cuando aún no había empezado a salvarme a mí mismo tuve que intentar salvar a otra persona. Ya se lo contaré, pero quiero darle un sano consejo por adelantado, reconozca honradamente lo antes posible las deudas que tenga con la vida, con usted mismo, y con la gente y sáldelas, porque el día menos pensado viene la vida, le abre la puerta a patadas y le cobra todo junto con costas e intereses.
Tomé coraje y me senté frente a los que había herido y ofendido. Despojado ya de la armadura y de las excusas reconocí como había lastimado sus sentimientos y dejé que me expresaran todo lo que tenían contenido, su dolor, sus agravios, su humillación. Escuché, guardé silencio y escuché. Escuché. Ni remotamente había concebido cuánto uno puede llegar a agraviar los más profundos sentimientos de la gente que uno más ha querido. Hoy conozco el tremendo poder que nuestros seres queridos nos otorgan cuando se nos entregan en cuerpo y alma y nos dan la gracia de darles o quitarles el amor. Dicen que la etimología de la palabra amor es algo así: A significa No o Sin, y *Mort* significa Muerte: No muerte. Si es así, y creo que lo es, todo queda explicado. El amor puede curar, puede hacer sufrir, puede matar mil veces, es el origen, la esencia y el fin de la vida. No viene y se va graciosamente. El amor es un arduo trabajo de todos los días, una, enorme responsabilidad. Hay que cultivarlo, cuidarlo. ¿Qué podía hacer yo para aliviar tanto dolor? Reconocí lo que había hecho, me disculpé y lo lamenté. Había sido un pirata del amor. A partir de ese día comencé a curar las heridas que había provocado, y ellos me fueron perdonando poco a poco.

Nunca me había imaginado que si me liberaba de la armadura y mostraba mi humana debilidad me podía fortalecer tanto. Aprendí que cuando uno se hace duro por fuera queda hueco por dentro. ¿Cómo me veo hoy, después de semejante experiencia? Hoy me veo como un arrogante venido a menos y me denuncio sin atenuantes como un humano que sólo puede hacer cosas de humano. Comprobé que ser un simple humano no es una enfermedad. Sí, quiero que sepa que soy humano, que las cosas me duelen, que soy inexorable y humanamente imperfecto, que tengo problemas, que muchas veces no sé como hacer, que necesito que me aprecien y me apoyen, y que no sé pedir, pero estoy aprendiendo. También me declaro como un ex adicto al Decálogo del Buen Arruinador de su propia Vida y Vidas Ajenas, cuyos preceptos usé para sostener a la imagen, ocultarme y sobrevivir.

Quiero agradecerle a Dios que haya tenido piedad de mí, y me regalara un tiempo que yo no sabía que sería tan precioso, y que creo que no me merecía. Le agradezco que haya podido reconocer mis errores, comprender y pedir disculpas a tiempo. ¿Quiere saber por qué lo digo? Porque una de las personas que me perdonó fue mi hijo Diego. Y de él quiero hablarle para que entienda algunas cosas.

> *"Cualquier destino, por largo y complicado que sea, consta en realidad de un solo momento, el momento en que el hombre sabe para siempre quién es"*
>
> *Jorge Luis Borges*

DIEGO, DIEGO

Fue un 24 de diciembre de 1993. Hay fechas que uno no olvida jamás y que, a medida que el tiempo pasa, sabe que no las olvidará nunca. Cuando algo terrible ocurre, algo que está fuera del personal catálogo de las calamidades, uno supone que eso es lo peor que puede llegar a suceder y que la vida se apiadará. A veces no es así. Un 16 de febrero de 1995, unos 14 meses después, todo quedaría arrasado hasta límites inconcebibles para mi capacidad de comprensión y tolerancia. Siempre hay peor de lo peor.

Debe haber millones y millones de personas, entre ellas usted, que no deben recordarse siquiera que esos días pasaron y ya se fueron de sus vidas. Es probable que la primera fecha, 24 de diciembre de 1993, le resulte más identificable, ya que era la víspera de Navidad, Para casi todos debe haber sido un día cálido, festivo, pletórico de preparativos, regalos, familia, encuentro, festejos, reflexiones, religiosidad y esperanzas.

Para mí fue un día distinto, un día que jamás se me hubiera ocurrido que formaría parte de mi vida. Ese día un monstruo se abalanzó furiosamente sobre mí como una fiera enloquecida, clavó sus dientes en mi corazón, sus garras en lo más profundo de mi ser y no me soltó nunca más. Creo que seguiré sangrando por lo que me queda de vida.

Ese 24 de diciembre de 1993 escuché aterrorizado la palabra cáncer. Ese día supe que mi hijo Diego, mi querido hijo Diego, ese ser desbordante de sueños, proyectos, entusiasmo y creatividad, tenía un cáncer sumamente agresivo que ya estaba comprometiendo seriamente su vida. Apenas recorridos sus primeros 22 años mi hijo se encontraba frente a frente en un combate desigual y atroz con un engendro que le estaba devorando poco a poco el cuerpo y la vida.

Como verá, yo volví al seno de mi familia, apenas 3 días después del triste fin de mi mistificada historia de gloria y ocaso. Volví para acompañarlos y ocupar mi lugar en una estremecedora y desgarradora experiencia. Lo que nos reunió al principio fue el espanto. Todos debimos afirmar los pies en la tierra, y sostenernos muy fuerte los unos a los otros porque comenzaba la más desgraciada batalla que la vida puede proponerte. La lucha por la vida de un hijo.

Diego exigió saber la verdad desde el comienzo y así se hizo. Sorprendentemente no lo intimidó tanto el brutal diagnóstico ni el larguisimo tormento que debería soportar sino el nombre de su terrible mal: Corioncarcinoma Extragonadal. "Es un nombre de muy mal gusto, no tiene música, es áspero y grosero", me dijo, "pero es bueno saber quién es el enemigo, no hay modo de luchar si no sabes quién es, dónde está y su poder". Luego nos solicitó que lo dejáramos a él hablar con los médicos y que sólo le contestaran las preguntas que haría ya que él decidiría hasta dónde le convenía saber para no minar sus fuerzas y su capacidad de lucha. ¡En un instante Diego se había convertido en un adulto sabio, responsable y valeroso!

A partir de ese momento todo lo supuestamente importante y trascendente se hizo banal y pequeño hasta que se desvaneció. Nada del mundo que consumí pudo sostenerse. Las formas perdieron sus formas, el tiempo se detuvo con un ensordecedor estrépito y piadosamente se sentó a mi lado para aliviarme en mi inmenso dolor y esperar junto conmigo.

"¿Cuánto tiempo lo esperarás?" Le pregunté al tiempo... "No sé", me dijo, "No me desperdicies, no soy inagotable, yo no soy el dueño de mi medida. Te ha sido otorgado el privilegio de contar con la compasión y paciencia del Señor que te regaló la posibilidad de estar con él, sostenerlo y entregarle tu amor. Abrázalo y dile cuanto lo amas por todas las veces que no lo has hecho. Cada abrazo puede ser el último, aprovéchame".

¡Oh, Dios!, A partir de ese instante sólo lo importante era urgente. El sentido y la intención de todo lo que tenía algún sentido y alguna intención trascendente en ese

pequeño mundo mío se puso al servicio y fue ofrendado para invocar un único deseo, el milagro del triunfo de la vida sobre la muerte. Mi admiración por Diego fue cada día mayor. Era conmovedor ver como su cuerpo se apagaba mientras su espíritu se encendía. Nunca renunció a sus sueños. Cuando sólo su coraje lo mantenía de pie seguía haciendo para honrar a sus sueños. El cáncer mataría su cuerpo, pero nunca sus sueños.

Una cosa es esperar que un milagro ocurra pero mi hijo no tenía tiempo para aguardarlo... ¿Sabe usted cómo se invoca un milagro en este maldito mundo? ... yo no lo sé y nadie supo decírmelo. Casi todos los que hubieran podido hacer algo por la vida de mi hijo estaban imposibilitados; unos por estar arrinconados en sus laboratorios atrapados en sus escasos presupuestos y otros dilapidando una enorme riqueza en máquinas de muerte. ¡Qué rabia, que impotencia, que injusto!

La gente, el mundo, los días, los momentos, los instantes, los segundos, los espacios y sobre todo los sentimientos cobraron para mí una dimensión sobrecogedora. Descubrí con gran desasosiego la diferencia entre ejercer decorosamente mi papel de padre y sentirme padre hasta la médula de los huesos. Mis hijos me enseñaron a amar a un hijo, me orientaron dulce y dramáticamente en mis primeros pasos para experimentar ese inconmensurable amor de un padre por sus hijos que probablemente todos tenemos latiendo bajo la piel pero nunca liberamos lo suficiente y no nos damos a conocer como seres humanos. Mis hijos me enseñaron a ser padre. Sí, leyó bien, me enseñaron a ser padre y yo aprendí muy rápido. ¡Es tan sencillo!, Sólo necesité hacer cosas simples: los miraba, los acariciaba, los escuchaba y les sonreía, celebrando cada instante de su existencia en mi vida.

¡Oh Dios, si lo hubiera sabido antes!, Tantas veces dudé sobre mi idoneidad como padre y busqué opiniones autorizadas sin darme cuenta que los mejores maestros para padres son los propios hijos; lo único que necesité es las ganas y la necesidad desesperante de aprender rápido y darles permiso para que me enseñen y experimentar juntos la magia del mutuo amor.

Diego y yo tuvimos que correr juntos una carrera desenfrenada para recuperar el tiempo perdido y regalarnos todos esos abrazos y esos "te quiero mucho" que yo le había escatimado insensatamente y que ahora alimentaban esos bellísimos y dramáticos días de encierro, lucha, paciencia, esperanza y tormento por los crueles tratamientos con los quimioterápicos. Ninguno de los dos podía saber a ciencia cierta cuanto tiempo nos esperaría el tiempo y aprendimos a agradecer cada minuto y cada pequeño regalo de la vida.

Nunca olvidaré cuando terminó uno de sus interminables encierros en terapia intensiva y me pidió que le consiguiera una habitación con una ventana desde donde poder ver un árbol. Corrí desesperado por todo el sanatorio reclamando una sala que tuviera una ventana orientada al corazón de manzana pues había comprobado que se destacaba un enorme y añoso árbol. Ya instalado contempló fascinado su ventana y su árbol y me dijo:

"La gente no sabe el valor que puede llegar a tener una ventana o el verde de un árbol, o el simple placer de poder sentarse otra vez en un inodoro y no sentirse humillado e impotente por tener que orinar en un frasco; si lo supieran se dejarían de darle importancia a tanta tontería.

La tragedia, el sufrimiento, la impotencia, el horror de tener que aceptar que envenenaran la sangre de mi hijo día tras día, semana tras semana, mes tras mes para rescatarlo de la muerte quedaron indisolublemente unidos en mi mente y en mi cuerpo a la constante reanimación de nuestro amor incondicional, de su increíble entereza, su confianza, su coraje y su decisión de que la bestia no le ganaría.

Ambos revisábamos nuestras vidas y planeábamos como enriquecerlas creando belleza y armonía a partir de nuestro reencuentro y su segura victoria en esa injusta batalla que le tocó soportar. Diego lo hacía de ida hacia el futuro y yo de vuelta hacia el

presente, pero siempre sentíamos el regocijo y la alegría de encontrarnos en cualquier punto del camino intercambiándonos sueños.

Desde su creciente limitación y debilidad ese pequeño héroe, ese ignoto maestro que tenía a mi lado, me enseñó a sostener obstinadamente despiertos los sueños y a arrancarle la energía a su indomable espíritu cuando su cuerpo perdía la suya, quedaba agotado y claudicaba. Me enseñó cómo hacer pequeñas cosas momento a momento, paso a paso, superando su carencia de aire con su exceso de entusiasmo hasta conseguir grandiosos resultados. Nos dijo: "La vida sigue, y necesito que todos me demuestren que la vida sigue, cada uno haga lo suyo, yo estoy comprometido haciendo lo mío, esto no me va a ganar". Avergonzado por su coraje y su obstinación decidí acompañarlo en esa epopeya como un humilde cronista de la vida y me propuse comprometerme también con un proyecto y darnos ánimo mutuamente para llevar a cabo nuestros desafíos y festejar el haber recorrido juntos un camino.

Es así como comencé a escribir este libro. No esperen que yo les enseñe nada, no tengo nada para enseñarles, hoy no sabría qué enseñarles. Lo único que aprendí es a aprender lo antes posible todo lo que me falta por aprender pues mi hijo me enseñó a callar, me enseñó a amar, me enseñó a hacer lo que necesita ser hecho y me enseñó a aprender. Finalmente me enseñó a ser padre, a amar, a sufrir y bebernos la vida de a pequeños sorbos o grandes tragos... me enseñó también el valor de una ventana o un árbol.

¿Sabe alguno de ustedes cómo se invoca un milagro en este maldito mundo? ... yo no lo pude encontrar... y todos los que me hubieran podido ayudar estaban limitados o jugando juegos de muerte. Pero Dios sabe cuánto se lo pedí y todo lo que estaba dispuesto a dar para regalárselo a Diego.

Mi hijo Diego, mi querido hijo Diego, falleció el 16 de febrero de 1995, un día que debe haber pasado desapercibido para millones y millones de personas pero para mí fue un día único, sorprendente, terrible y glorioso pues le aseguro que mi hijo le ganó al monstruo, nunca se dio por vencido, le dio batalla hasta el último minuto. Quiero decirle a usted que la bestia no se lo llevó, él se llevó a la bestia. Lo pagó con su propia vida, pero no se confunda, todos perdimos, pero él triunfó.

Quiero decirle a Dios que no estoy enojado con Él. Que le agradezco infinitamente haberme regalado durante 24 años la presencia de ese ser mágico que fue mi queridísimo hijo Diego. Decirle que no fueron suficientes los 14 meses de sobrevida que le otorgó para poder celebrar y honrar la presencia de Diego en mi vida. Quiero decirle a Diego que me siento inmensamente orgulloso y privilegiado por haberlo tenido como hijo y decirle que aprendí a respetar el undécimo mandamiento: No matarás tus sueños. Aquí está ese libro que me comprometí a escribir, y que mi sueño más acariciado es volver a encontrarme alguna vez con él para seguir aprendiendo. Dios lo bendiga.

Mi querido lector, antes de continuar la lectura de este libro, le pediré algo que apreciaría mucho que no deje de hacer: Apenas pueda, pero lo antes posible, y con cualquier excusa, o ninguna, abrace fuerte a esos seres queridos que andan rondando por su vida y los tiene archivados y postergados en su corazón; no espere a perderlos para descubrir cuánto los ama ... o los necesita.

Abrácelos y dígales: "¿Sabes una cosa? ... Te quiero mucho". Sin explicaciones, sin condiciones; sonríales cuando los mire, escúchelos, acarícielos y abrázalos; al principio creerán que se está volviendo loco, pero luego comenzarán a devolverle con la misma moneda y usted habrá hecho magia en su vida, ya se dará cuenta. Usted ya sabe porqué se lo digo... para no arrepentirse más tarde.

Aprenderá machismo más, llegará mucho más lejos, sentirá lo que nunca sintió, necesitará mucho menos y hará de este mundo un lugar más amable para vivir. Me lo enseñó mi hijo y le aseguro que eso es lo importante, mucho más importante que cualquier tontería que yo pueda expresarle en este libro, como diría mi querido hijo Diego.

Un gran abrazo

Mario

EL DECÁLOGO DEL BUEN ARRUINADOR DE SU PROPIA VIDA Y VIDAS AJENAS

1. Sea controlador y autoritario.
2. Pretenda saberlo todo
3. Tenga razón hasta morir
4. No escuche
5. Sea experto crítico de los demás
6. Postergue
7. Subestímese
8. No cumpla con su palabra
9. Sea indisciplinado
10. Renuncie a sus Sueños

Cualquier persona está autorizada a usar este Decálogo sin restricciones. Puede modificarlo y/o alterarlo y/o rectificarlo y/o mejorarlo a voluntad. Cualquier parecido con el comportamiento de alguna persona conocida, incluida usted, es absolutamente real. No me hago responsable de ninguno de los conflictos, problemas, contrariedades, aprietos o bretes en los que se meta el usuario de este Decálogo. Hecho el Depósito de Ley. No hay garantías".

CONSIDERACIONES GENERALES

"Si usted pudiera dar de puntapiés a la persona responsable de la mayoría de sus tribulaciones, no podría volver a sentarse por espacio de seis meses

GORDON GRAY

Docenas de libros de auto-ayuda andan merodeando por los estantes de las librerías garantizándole poseer el elixir de la felicidad o el método infalible para que usted se transforme en una implacable máquina de triunfar. Desde las dietas para adelgazar hasta cómo hacer el amor hay recomendaciones y recetas para todas las necesidades.

Es indudable que el ser humano nace equipado con una fantástica tecnología que le permite crecer, desarrollarse y tener éxito en la vida pero, por razones puramente culturales, demasiadas personas van descartando o desaprovechando lentamente sus mejores recursos hasta convertirse en seres que sólo logran sobrevivir.

Es así como **nacemos originales y morimos copias.** Vamos perdiendo nuestra creatividad, y vamos copiando o imitando a los demás. Cuando cierta gente hace algo que no le conviene y, no obstante, lo sigue haciendo, su explicación más común es "porque todos lo hacen". Temen ser rechazados si hacen algo distinto. No quieren arriesgarse a algo nuevo e incierto. Preguntan inocentemente, "¿quién me garantiza el éxito?". Lea bien, lo único que le garantiza la vida es la muerte.

Es así como muy serios aspirantes a campeones de la vida quedan atrapados en un fracaso a medias y no saben como salir de semejante atolladero, es decir, ni pueden completar su fracaso, ni pueden avanzar hacia el éxito. Yo los llamaría los **Empatadores** en el juego de la vida. No pueden aprender de sus errores ni de sus éxitos, porque para eso deberían completar una cosa o la otra. Nunca aprenden. **No tienen éxito ni en sus fracasos.** Estoy convencido que si denuncio los métodos que utiliza la gente para fracasar en la vida y explico cómo usarlos debidamente lograría que muchas personas lograran el tan necesario fracaso, dando así por terminado un ciclo de aprendizaje. Los fracasos totales, bien aprovechados, brindan muchos conocimientos y experiencia, que podrían ser luego aplicados a una nueva y más promisoria etapa. Sí, no está leyendo mal, quiero darle la oportunidad de traer a su vida el mejor y más completo fracaso. Un fracaso que pueda mostrar orgullosamente a familiares, parientes y amigos. Se aprende tanto de los éxitos como de los fracasos. Si no tiene un éxito a mano ¿por qué no aprovechar entonces un fracaso? Hay que aprovechar lo que se tiene. Si de aprender se trata tanto vale un fracaso como un éxito. Hay gente que siente un gran alivio cuando finalmente fracasa. Ya está, ya no temen más perder. Ahora pueden dedicarse a otra cosa. El temor a perder es más angustiaste que la frustración por haber perdido.

¿Por qué las personas se aferran tanto tiempo a un fracaso a medias, que los hace sufrir y sentirse culpables? Se aferran desesperadamente a lo que tienen, mientras sueñan con soltarse. Justamente, soltarse es lo que los asusta más. No es aferrarse a algo conocido, aunque sea una porquería lo que les preocupa, es soltarse lo que temen más. Lo conocido es cómodo porque no hay riesgo. Soltarse es arriesgado. Requiere aceptar el fracaso, abordar el aprendizaje, pagar los precios y encontrarse con un mundo de posibilidades. Muchas veces para aprender a ganar hay que aprender primero a perder, y saber que hacer cuando uno pierde. **Los ganadores ganan porque saben que hacer cuando pierden.** Tampoco se confunda, muchas veces no saben que hacer, pero sí saben que algo van a hacer, que nada los detendrá... **y la necesidad es la madre del ingenio.**

Lo nuevo es la posibilidad, pero es también lo desconocido. ¿Qué es la posibilidad? **Algo que podría ser pero aun no es.** La posibilidad es algo que podría ser, porque usted lo desea, pero aun no es, porque no se comprometió. Lo desconocido y lo posible siempre

van juntos. Lo posible atrae y excita, lo desconocido atemoriza y aplaca. Es el instante en que el pasado se va y el futuro aun no llega. Es el abismo que todo ser humano debe saltar desde lo viejo hacia lo nuevo. ¿Es que un abismo se puede saltar de a saltitos? Es un solo salto, uno solo, el mejor que pueda saltar, no hay otro. Moraleja: **La vida no tiene ensayo.**

Cuando una persona se aferra a algo que le hace daño es porque teme que algo peor le podría pasar si se suelta. Simplemente se aferra a lo conocido para no correr el riesgo de tener que probar algo distinto. Prefieren malo conocido que bueno por conocer. Es muy cómodo en lo inmediato, pero es diabólico y perverso, por sus consecuencias, a largo plazo.

En general, la gente no fracasa por no empezar las cosas, **fracasa porque no las termina.** Fracasar o triunfar exige una rigurosa disciplina. La disciplina es la persistencia en el esfuerzo hasta obtener un resultado, sea lo que sea ese resultado.

"La repetición es la madre de todas las habilidades"

Para eso es la disciplina, para superar los obstáculos a pesar de los reiterados fracasos. Es el fenómeno de la **Persistencia.** La persistencia es la capacidad de mantenerse inflexible respecto al logro de un objetivo y flexible respecto a los métodos para lograrlo.

"Inflexible en la meta, flexible en los métodos"

¿Sabe por qué los ganadores ganan? **Los ganadores ganan porque saben que hacer cuando pierden.** Siempre están dispuestos a aceptar los resultados en vez de discutirlos o negarlos. Saben qué hacer cuando pierden porque son creativos con los métodos. Nunca renuncian a la meta, aunque puedan renunciar a un método que no funciona. Reconocen rápidamente el error, no se molestan en ocultarlo o defenderlo. Saben que se puede aprender mucho de los errores, si son aceptados y reconocidos, Por eso no les importa perder. Saben que perder y ganar forma parte del mismo proceso. No es ganar o perder. Es ir perdiendo hasta ganar. Errar es aprender, no es fracasar. Solo fracasan los que no aprenden de sus errores. Ellos saben que los ***Sí*** de la vida están en el camino de los ***No.*** Cada tantos ***No*** hay un **Sí.** Busque, soporte y supere los ***No,*** y encontrara los ***Si.***

"Cuando aprendas a superar el éxito y el fracaso, serás un hombre".
Ruyard Kipling

No me diga que ser un anónimo fracasado a medias, perdido en medio de una multitud de malogrados no es ' una verdadera torpeza. Sinceramente, quiero ayudarlo a que complete su fracaso, que obtenga resultados, que no se venda más historias para defender su imagen o echarle la culpa a los demás. Quiero que se haga responsable de su fracaso y aprenda de él.

¿Sabe quien es el mejor maestro del mundo disponible para usted? Es usted mismo, no hay otro mejor. El problema es que está tan empecinado en defender métodos que ya no le sirven que se convierte en su peor alumno. **Usted es el buen maestro de un mal alumno.** Esto significa que el maestro que lleva adentro se pondrá cada vez más exigente, ¿No se dio cuenta ya? Su maestro se pondrá cada vez más severo e inflexible. Cada vez usará métodos más drásticos para disciplinar al alumno que no quiere aprender. El Maestro insistirá una y otra vez poniéndolo frente a la misma lección, cada vez más dura, hasta que el alumno, es decir usted, aprenda.

Yo no pretendo ser su maestro, no tengo nada para enseñarle. Sólo quiero ayudarlo a que se convierta en su mejor alumno. Hoy es más lo que tiene que **desaprender** que lo que tiene que aprender. Muchas de las cosas que hoy sabe y sostiene como una gran verdad son el peor obstáculo que tiene para aprender algo nuevo. Y otras cosas que sabe y hoy le servirían no las usa. ¿Sabe cual es el verdadero desafío? Desaprender lo que ya sabe y no le sirve y **Aprender a usar lo que ya sabe y le serviría.** Pocos usan lo que saben, o usan poco de lo que saben. Le aseguro que es más fácil.

En definitiva, quiero proponerle una serie de sencillas pero eficaces normas de comportamiento que, correctamente aplicadas no conducen a ningún lado y sus resultados son decididamente demoledores. Estas denominadas ***"Reglas del Buen Arruinador de su Propia Vida y Vidas Ajenas"*** son tan efectivas que sólo necesitará aplicar unas pocas de ellas con entusiasmo y perseverancia, a veces por un corto tiempo, para dejar su vida y sus relaciones personales completamente estropeadas.

"Cuanto más grande es el caos,
más próxima está la solución
Mao Tse Tung

A veces sólo las grandes crisis logran que una persona cambie. La enfermedad, las pérdidas, los cataclismos y las guerras pueden ser el único factor de cambio que demasiadas personas atienden inmediatamente. **Hay dos clases de personas en este mundo, las que esperan que el futuro ocurra y las que se deciden a construirlo.** No espere las crisis en su vida. Las crisis que intempestivamente se desatan, sin su control, cuestan muy caras, a veces no son de su medida, se lanzan sobre usted como un oso furioso y nunca se sabe por donde aparecerán. Provóquese su propia crisis a medida. Recuerde, "La desgracia puede ser un puente hacia la dicha". Practique diariamente el Decálogo del Buen Arruinador. Si estas reglas lo sorprenden, no se engañe, es probable que las esté usando sin darse cuenta. En este caso, usted es un verdadero autodidacta intuitivo. Si por el contrario, las reglas le resultan conocidas y no logró el perfecto fracaso, es evidente que las está aplicando mal y así nunca terminará por aprender.

"Saber que uno sabe lo que sabe,
y que no sabe lo que no sabe,
he aquí la verdadera sabiduría".

CONFUCIO

Le recomiendo que ejercite este Decálogo con el respeto y la admiración que evidentemente se ha ganado por propio mérito. De otra manera no se puede explicar que lo use tanta gente. Las reglas son de una eficacia casi infalible, pero muchas veces son mal interpretadas y mal aplicadas. En este caso no tiene más que observar a su alrededor y verá a muchas personas sumamente habilidosas en la aplicación del Decálogo. Observe, escuche, practique y aprenderá mucho. No me acuse después injustamente que no tuvo éxito en su fracaso por culpa mía.

Si bien estas reglas son de sencilla aplicación mi celo profesional me exige que me detenga en cada una de ellas y marque algunas pautas para su correcto uso y abuso. Espero no haber llegado tarde a su vida y que ya haya conseguido un fracaso por sus propios medios. En ese caso lo felicito, no cualquiera es capaz de fracasar sin ayuda. Debe considerarlo todo un éxito.

No soy un completo inútil...

Por lo menos sirvo de mal ejemplo.

Me complace describirle las recomendaciones, indicaciones y modos de aplicación del "Decálogo del Buen Arruinador de su propia Vida y Vidas ajenas"

Cada regla está precedida por un relato, pequeñas anécdotas de la infancia de algunos niños. Todas son historias reales. A través de ellas podrá reconocer que, en gran medida, aprendemos a ser quienes somos en casa y en la escuela. Las pequeñas experiencias de los niños provocan en ellos grandes impactos. Ser adulto es cosa de niños. Son los niños los que deben aprender a ser adultos. No es para ellos una tarea fácil, viviendo en el mundo de los adultos. Es difícil vivir en el mundo de los adultos cuando uno es un niño. Quiero recordarle que usted una vez fue un niño o una niña.

Espero que estas pequeñas historias de la infancia le hagan recordar sus propias vivencias y encuentre, detrás de la nostalgia y los años transcurridos algunos profundos aprendizajes, algunas traviesas creencias y algunos hábitos que aun hoy siguen subidos a nuestros hombros haciéndonos ¡Ico, caballito! intentando llevarnos por donde no queremos ir.

EL REGALO DE CUMPLEAÑOS

¿Dónde aprendemos a ser quienes somos?
En casa y en la escuela.

Recuerdo que tenia unos seis años. Vivíamos en un barrio del suburbano bonaerense. Han pasado ya mas de 50 años. En aquella época era una zona que apenas comenzaba a urbanizarse. Las calles eran de tierra y las veredas, donde las había, eran de ladrillos puestos tipo rompecabezas. Aun tengo muy claro este recuerdo que le voy a contar y que me marcó por el resto de mi vida".

"Yo concurría a una escuela del estado. Recuerdo ese día, recuerdo muy bien ese día por dos hechos aparentemente desconectados entre sí pero, como ya verá, la vida los conectó misteriosamente: Primer hecho, llovía torrencialmente, y segundo hecho, era el cumpleaños de mi papa. !Léase bien, el cumpleaños de mi papá! La persona más importante en mi vida. Le pedí a la maestra que me ayudara a confeccionar un regalo para él porque no tenía dinero para comprarle nada, pero yo quería regalarle algo. Me comprendió y me dio una hoja de cartulina, polvo brillante plateado y engrudo, lápices de colores y algunas figuritas que encontró en un cajón. Puse en marcha mi creatividad y diseñé el más grandioso y expresivo enchastre, con ínfulas de collage, que un niño que ama a su padre podría hacer para expresar sus sentimientos".

"Una vez terminado, mi impaciencia era tal, que la maestra me dejó salir antes de hora. Me ayudó a poner mi obra de arte en mi valijita de cuero y me despachó. Corrí por esas veredas de ladrillos llenas de charcos, pasto crecido y barro, rogando que mi padre estuviera en casa. En aquella época él trabajaba escribiendo a máquina extraños y larguísimos documentos (creo que contratos o escrituras). Cuando hacía eso se encerraba en un pequeño desván transformado en oficina, al final de una empinada escalera, y se la pasaba días dale que te dale, con su vieja máquina de escribir Remington. Desde luego, me tenía prohibido entrar porque había papeles diseminados en las sillas, en el piso, por todos lados.

Cuando llegué a casa mi corazón latía vertiginosamente por la carrera y la ansiedad. Cuando escuché el tabletear de su ruidosa máquina de escribir mi alegría era desbordante. !Papá está en casa! Saqué mi pequeña obra de amor de la cartera, subí las escaleras como una tromba, abrí la puerta del desván venido a oficina y sosteniendo mi regalo entré gritando: "¡Feliz cumpleaños, Papá! Mi padre dio vuelta su cabeza sonriendo, pero inmediatamente su cara se transformó con un rictus de disgusto y desaprobación, se levantó violentamente de su silla, se acercó a mí y, sin decir palabra, me dio el cachetazo más grande que haya recibido en mi vida. Yo no entendía nada hasta que seguí su mirada con la mía y supe lo que había pasado, Vi mis pequeñas zapatillas azules y blancas embarradas y mojadas pisando varios de sus papeles escritos a máquina".

"Y allí estaba yo, aterrorizado y confundido, desesperado y humillado, con mi maldito regalo aún aferrado en mis manos, sin saber qué hacer. En ese momento tome una decisión que me acompañaría durante muchos años de mi vida; una decisión que tomé en ese momento, en un instante y para siempre. Decidí que nunca más, pero nunca más, les expresaría mi amor a las personas que más quería porque ¡Uy, como duele! Luego, con el tiempo, me olvidé que la había tomado, y luego me olvidé que lo había olvidado. Cuando uno se olvida que se olvidó no hay modo de recordar lo que uno decidió alguna vez y entonces se sigue haciendo a sí mismo cosas que no sabe que se las está haciendo:

"A partir de ese día caminé siempre con mis manos en el bolsillo, silbando bajito, y a una distancia prudencial de la gente para poder esquivar un posible cachetazo. Nunca

más me atreví a mostrarle mi desbordante amor a nadie que fuera importante para mí, porque, ¡Uy, como duele! Me mostraba displicente, distante, frío por fuera, mientras era un volcán melancólico por dentro"

"¿Sabe cuántas cosas tenía que hacer una persona para que yo me acercara a ella y confiara? ¿Sabe cuántas cosas tenía que hacer una persona para que yo creyera que me quería y me abriera al amor?

Mire, probablemente 140 cosas. ¿Sabe cuántas cosas tenía que hacer esa misma persona para que yo inmediatamente me alejara de ella? Si, lo supone bien, una sola. Es muy difícil comprometerse con el amor y demostrarlo cuando ¡Uy, como duele!"

"Creo que así es como aprendí a creer que yo no era merecedor del amor. Soñé durante mucho tiempo con el amor, pero no lo practiqué más. Y el amor es igual que aprender a cantar, a pintar, o tocar un instrumento, si no practica todos los días, siempre será un improvisado. Mucha gente cree que no la quiero, pero no sabe que yo no podría vivir sin ellos. Uno de estos días voy a conseguirme una cartulina, brillantina plateada, engrudo y unas figuritas y voy a hacer un gran collage que diga "TE QUIERO MUCHO", y lo voy a colgar en el balcón de mi casa. Creo que hoy me duele más no demostrarlo".

PRIMERA REGLA

Sea controlador y autoritario. El éxito de esta regla exigirá de usted una gran entereza y disciplina. La gente debe hacer lo que usted considera que debe hacer, del modo en que está convencido que debe hacerlo, y el mejor modo es... ¡El suyo, por supuesto!

No importa que haya otros modos de conseguir iguales o mejores resultados. Las cosas deben hacerse a su modo porque su modo es más rápido y mejor... ¿Y se puede saber por qué? Porque sí, y basta. A usted no le deben importar los resultados obtenidos con métodos que no respondan a su criterio sobre cómo hacer las cosas. Si esos métodos no rinden homenaje a su vasta experiencia y se inclinan reverentes ante su criterio de hacer las cosas, no vale la pena ni siquiera que usted los tome en consideración.

Un buen resultado obtenido de algún modo no controlado o autorizado por usted, o que usted no pueda atribuirse parte o toda su autoría, atentará inexorablemente contra su dominación y potestad. ¡Tenga mucho cuidado y esté atento!, la creatividad, el ingenio, y fundamentalmente la innovación y la originalidad (de los otros) son una permanente amenaza a su supremacía tan duramente conseguida cortando ideas y cabezas. ¿Y suponiendo que a usted lo beneficiaría la creatividad de los demás? ¡Olvídelo!, ¿Acaso quiere quedar expuesto? Recuerde siempre que **la uniformidad es el refugio de los mediocres** ¿Acaso quiere correr el riesgo de ser desafiado y superado? Un buen controlador no permitirá que nada se haga sin su autorización. Un buen autoritario no permitirá que nada se haga sin su control.

Indiscutiblemente, usted ya sabe el mejor modo de hacer las cosas y es un desperdicio que los demás pierdan el tiempo experimentando y aprendiendo por sí mismos. Nada ni nadie debe moverse a su alrededor sin su supervisión y control. Sea controlador y autoritario. Sea funcional, exija acatamiento y obediencia. Nunca se moleste en buscar consenso o acuerdos. Es una pérdida de tiempo.

Hay ciertos precios que tendrá que pagar por ser controlador y autoritario: Cualquier cosa que salga mal le echarán la culpa a usted, por tirano y mandón. Lo criticarán por lo bajo y a sus espaldas. Las personas que estén bajo su tutela no querrán hacerse responsables de nada. Esperarán siempre sus órdenes. No habrá ni humor ni creatividad. Nadie competirá pero tampoco colaborarán con usted. Será temido y aborrecido. Su presencia creará un ambiente de tensión disimulada por sonrisitas estereotipadas y actitudes de cortesía pero gestos de rechazo y desprecio a sus espaldas. Sus errores serán festejados.

Desde luego, obtendrá algunos beneficios. Nadie lo podrá pisotear. Cuando las cosas salgan mal podrá echarle la culpa a los demás, por inútiles. Estará a cargo de todo, pero tampoco tendrá que hacerse responsable de nada. Ser controlador y autoritario le evitará tener que malgastar el tiempo buscando consenso. El consenso o el acuerdo, sépalo ya, serían calificados como debilidad de carácter, que un controlador y autoritario no puede permitirse. Por otra parte nadie se olvidará de usted, siempre lo tendrán presente en sus pensamientos. Jugarán un divertido juego llamado, "Trata de Agarrarme, Desgraciado" y usted, a su vez, les responderá con otro excitante juego llamado "Te Agarré, Miserable". Este simpático juego, consistente en esquivar su control y eludir su autoridad, cometiendo pequeñas o grandes transgresiones, mantendrá alto el nivel de beligerancia mientras usted recorre todo el espinel tratando de sorprender a los infractores, ejercitando represalias.

A propósito de represalias y venganzas. Esta conducta genera entre todos los participantes un divertido, ameno e ininterrumpido ciclo de mutuos **Resentimientos,**

Resistencias y **Revanchas,** en ese orden. Estas son las llamadas **Tres "Erres" Fatídicas** que sirven de andamiaje a las relaciones destinadas a un final poco recomendable. Las Tres R se irán precipitando las unas contra las otras en una escalada de violencia creciente. La Revancha de unos generará mayor Resentimiento y Resistencia en los otros, que responderán con una nueva revancha aun más sangrienta. Revancha va y revancha viene, todo este esfuerzo cooperativo, digno de mejor suerte se irá consolidando hasta desembocar en un gran final de caos y devastación de las relaciones a toda orquesta. Finalmente usted se quedará solo, aislado, y desolado, pero con toda la gloria.

Ya lo ve, una sola regla bien aplicada y ya casi tiene un genuino y completo fracaso.

¿ESTÁS AVIVADA, NENA, ESTÁS AVIVADA?

Cuando era una niña, tenía siete años, mis padres me enviaron a una escuela de mi colectividad en la cual había sólo dos maestros disponibles. Uno para los más pequeños y otro para el resto de los alumnos. Un total de treinta chicos y chicas. En mi aula había chicos desde los siete a los doce años. Diferencias abismales para criaturas que crecen a la velocidad del relámpago.

Yo me tenía que sentar en la primera fila ya que era de las más pequeñas. En el aula todo era ameno y entretenido, aliviado y gentil. Realmente admiraba a ese maestro por su dominio para entretener y enseñar a especímenes tan inquietos y con intereses tan diferentes como éramos todos nosotros.

Los recreos tenían otras características. Por una parte eran momentos espléndidos y vertiginosos, ya que agotábamos toda esa energía contenida en el aula jugando a juegos dignos de atletas. La rayuela, la palmadita, la mancha venenosa, las estatuas. Por otra parte, podían ser el escenario de pequeños dramas infantiles.

Algo comenzó a llamarme la atención en los recreos. Con el tiempo me di cuenta que esos juegos sólo los practicábamos los más pequeños, ya que los "muchachos y muchachas" de diez, once y doce años, se paraban en ronda y charlaban o murmuraban en círculos más íntimos.

A pesar de mi corta edad, la naturaleza me había dotado de una altura respetable, compensada con una abundante cuota de inseguridad y subestimación. Cada vez que me acercaba para tratar de escuchar o participar de las misteriosas conversaciones de "los más grandes" me daban la espalda o me decían despectivamente, "andá nena, andá a jugar con tus amiguitos". Para luego seguir murmurando cosas misteriosas. Ese "nena" me atravesaba como una puñalada cargada de desprecio, altanería y marginación.

En una oportunidad me atreví a preguntar cuál era la causa por la que no podía estar con ellos, y la respuesta voló por el aire hasta estrellarse estrepitosamente en mi cabeza: "¿Estás avivada, nena, estás avivada?". **¿¿Estás avivada??** ¿Qué significaba estar avivada' ¿Qué condición tan extraña era esa para poder entrar y pertenecer a ese club tan exclusivo y privado? ¿Cuál era la respuesta correcta? Sentí que mi cara se ponía más roja que un tomate, que mis mejillas ardían, y que mis pies se quedaron fijos al piso al igual que mi mirada, mientras todos se rían y se burlaban de mí.

Sentí vergüenza y humillación. ¿Qué era lo que tenía que saber? ¿Quién me lo tendría que haber dicho? ¿Qué es lo que ellos sabían que yo no sabía? ¿Cuál era el santo y seña para que se abrieran las puertas del cielo? ¿Cómo es que ellos lo sabían? ¿Por Dios, qué era eso de estar "avivada?". ¿Un acertijo, un enigma, un jeroglífico, un secreto, una clave?

Una cosa era sentirse apartada por ser una "nena", y otra era sentirse rechazada por ignorar algo que "ellos ahora sabían que yo no sabía". En situaciones así uno busca descifrar el misterio y que la acepten a cualquier costo. ¿Gusta usted de mí? ¿Gusta usted de mí? Es muy difícil ir por el mundo preguntando con la mirada: ¿Gusta usted de mí? Tenía que hacer algo para demostrarles que yo estaba "avivada" y superar ese ostracismo por no saber qué era lo que no sabía. Me odiaba a mí misma por no saber. Pero, ¿Qué es estar avivada? ¿Cómo se demuestra que una está avivada? Supuse que debía tratarse de algo que te enaltece, que marca tu excelencia: debería ser la más estudiosa, la mejor, la más prolija, la más atenta, la más puntual, la más servicial. Y así lo hice. Debía ser un precio que había que pagar hasta que el salvoconducto me sea entregado. Algo había en mí que no era satisfactorio, algo que me hizo sentir inferior a los demás, yo no era aceptable. La clave era estar avivada... pero ¿qué era estar

avivada? ¿Alguna vez sintió como que nada es suficiente para que la quieran y la acepten, que no importa lo que haga, usted nunca acierta, nunca está en lo correcto?

Pasaron casi cincuenta años de este episodio de mi vida. Hoy la mayoría de esos "muchachos y muchachas" son mis mejores amigos. Tuve que recorrer un largo camino acarreando un injusto y arbitrario sentimiento de inferioridad para finalmente aprender que la auto-valoración está dentro de uno y no en la mirada y los pensamientos de los demás. Los demás nos ven de acuerdo a como nos mostrarnos.

Ahora ya estoy avivada. Hoy estoy casada, tengo hijos. Como verá, algo aprendí. ¿Quiere saber qué es estar avivada? : Muchas cosas, no se crea. Una de ellas es cuando uno se dice "Me gusto a mí mismo". Y realmente se lo cree. Y no espera para quererse, que los demás le den permiso o lo aprueben.

¿Usted, mi querido lector, está avivado?

Elsa

SEGUNDA REGLA

Pretenda Saberlo Todo. Esta es una de las más bellas, conmovedoras y trágicas de las reglas. Su completo dominio y maestría lo arrastrará a una de las experiencias más impactantes de incomunicación y desinformación inimaginables. Pretender saberlo todo, al igual que intentar ser perfecto, es un refugio para nuestra vergüenza tóxica derivada de creer que "no saber" está mal y la necesidad de disimularlo para sobrevivir. Alguna vez el "no saber" significó la humillación de ser criticado o avergonzado. Muchas veces resolvemos este dilema llenando los espacios de sana ignorancia con cualquier creencia, propia o prestada, con tal de no quedar expuestos. Cuando llenamos esos espacios de "está bien no saber" con cualquier basura, no dejamos ni un pequeño hueco en donde se pueda acomodar un nuevo conocimiento. Por lo tanto, debo advertirle que para "saberlo todo" se requiere bastante ingenio y una fértil imaginación para llevar adelante esta regla exitosamente.

Como puede comprobar, la inventiva y la improvisación juegan un papel fundamental. Esta no es una regla para tontos. Deberá disimular su lógica ignorancia en una extensa variedad de temas, disfrazando descaradamente su incultura con frases, sentencias e hipótesis muy sesudas. Jamás arriesgue su propia opinión, ampárese en supuestos dichos de personajes famosos y respetables, no importa si ellos alguna vez lo dijeron. La gente quedará desorientada por un momento frente a la mención de semejantes personajes. Para ello necesitará practicar y exhibir la llamada "Cara de Piedra," que no es nada fácil de lograr y mantener, pero muy necesaria para un buen desempeño en la tarea. Debe demostrar a los demás, en toda ocasión y sin titubear, su polivalente y multifacética superioridad intelectual. No hay tema que a usted le resulte desconocido. Es más, no debe existir un tópico en el cual usted no tenga formada una aparente inapelable opinión casi profesional. Lo que se dice un erudito.

Todo dilema o problema será una oportunidad para que despliegue su "Sabiduría Total Indiscutible" consistente en recetas infalibles tipo "todo terreno" que proveerá el modo apropiado de hacer las cosas... no importando si finalmente el resultado deja mucho que desear. En este ultimo caso, usted podrá demostrar su eximia formación literaria elucubrando atractivas historias llenas de pretextos, excusas, razones y culpables que expliquen porqué las cosas no salieron como debieron salir. En definitiva, usted siempre sabe.

Si alguien viene con una información, respuesta o solución de mejor calidad y más racional que la suya, no vacile un instante ni tenga escrúpulos: **Si no puede mejorar la propuesta de su contrincante, critíquela.** Tenga siempre a mano la trituradora de ideas y opiniones. Pase inmediatamente a las frecuencias 3 y 5 del Decálogo del Buen Arruinador, es decir, a **"Tener Razón hasta Morir" y "Ser Experto Critico de los Demás".** Recuerde, si está en desventaja, deje inmediatamente de defender su propuesta para destruir la del otro. Usted se dedicará a aniquilar a su adversario sembrando dudas, reparos, recelos y desconfianzas. No se limite a criticar las sugerencias, vaya más a fondo, critique al portador. Usted debe matar al mensajero. No debe importarle si la idea es brillante y podría, inclusive, favorecerlo. Esa no es la idea de un buen arruinador.

En caso extremo active el sistema de emergencia y juéguese a fondo, declarando: "Está bien, háganlo a su modo si quieren, pero no cuenten con mi apoyo, y después no digan que no les avisé". ¿No es realmente intimidante, avieso y provocador? Sea insistente y obsesivo. Usted se quiebra pero no se dobla. **No se preocupe por saber, sólo pretenda saber.** Usted sabe todo de todo, ¿está claro? Usted no debe afrontar la competencia de ideas. No se arriesgue, usted critica pero no colabora. Sea siempre

parte del problema, nunca parte de la solución... a no ser que sea la suya, mi querido sabelotodo.

LA PUERTA NO SE ABRE

Vivíamos en el campo. Cuando tenía siete años me pusieron un guardapolvo blanco y me llevaron a mi primer día de escuela. Ese día lloré aterrorizado ¿usted no? Yo lloré. Tenía miedo. No sé a qué, pero tenía miedo. Tiempo después descubrí que casi siempre se le tiene miedo a lo nuevo. Y lo más extraño es que muchas veces lo nuevo sería lo mejor para uno, a pesar del miedo que despierta. Mi desconsolado llanto no sirvió de nada y tuve que quedarme. Sentado en una gran mesa junto a otros niños aprendí a agarrar un lápiz y a enfrentar la casi imposible tarea de hacer palotes.

Un palote, una lágrima, otro palote, otra lágrima. No era especialmente divertido. Aprendí a hacer cosas porque había que hacerlas, sin entender muy bien para qué. Para mí estaba claro que jugar era importante porque uno se divertía mucho... pero esto no era nada divertido, y es difícil aprender cuando no es divertido. Nadie me pidió permiso para enseñarme algo y tampoco me preguntaron que era lo que me hubiera gustado aprender. A usted le parecerá tonto que yo pretendiera semejante cosa siendo una criatura. No me critique tanto, yo hubiera preferido que me enseñaran menos sobre acatamiento y obediencia y me hubieran enseñado a usar un poco más el derecho a elegir. Si uno no aprende a elegir de niño, a decir que sí o que no, chau al respeto. Si uno no puede elegir, y sentir que le respetan la elección se acabó la libertad y la dignidad. Después, ya de grandecito, tuve que aprenderlo y defenderlo. Descubrí algo desopilante, que para la gente el **No** no era tan legítimo como el **Sí.** Si uno decía que *sí,* todo el mundo contento, pero si decía que *no* empezaban a pedirle explicaciones, como si fuera una impertinencia negarse. Hoy simplemente digo: "Prefiero que no". ¿Sabe que no se conforman y se atreven a preguntarme por qué prefiero que no? Simplemente respondo "Porque prefiero preferir que no".

Otra cosa que aprendí en la escuela es que si presionas algo demasiado fuerte, se rompe. ¿Cuántas veces se peleó con la punta del lápiz? Nada me demostró tanto mi torpeza con las cosas como esa pequeña punta de grafito. La punta del lápiz era frágil. Cuanto más finita la querías, más delicada se ponía y más fácilmente se rompía. Es igual que con las personas, si las presionas demasiado y quieres sacarle demasiada punta, es decir, las criticas demasiado, se rompen fácilmente y no escriben más, y entonces el que se queda sin poder escribir y decir lo suyo es uno. Así que tuve que aprender a tratar gentilmente a la punta de mi lápiz... y a la gente. Para eso no hay más remedio que practicar y tener paciencia. Tuve que aprender el difícil arte de sacarle punta al lápiz con paciencia y mesura, aceptar mi torpeza y dejar de culpar al lápiz, ejercitar mi tolerancia y volver a sacarle punta, aceptar que se rompa, volver a sacarle punta, hasta encontrar la medida justa para que escriba, para que dure y no se rompa fácilmente... la punta del lápiz... y las relaciones con la gente.

Al tercer día mi madre me dejó ir sólo a la escuela. La escuela estaba en medio del campo, en una gran casa quinta. Tenía que caminar bastante para llegar. Había una puerta de alambre tejido asegurada con un gran pasador. Moví el gran pasador y empujé pero no pude abrir la puerta. Insistí pero fue inútil. Volví a mi casa y le dije a mi madre, "La escuela está cerrada". A ella le extrañó, quiso acompañarme de vuelta pero le dije que no, que yo sabía muy bien como abrir una puerta y que la escuela estaba cerrada. Ese día me quedé en casa. Al día siguiente volví, y me pasó lo mismo. No pude abrir la puerta. Volví a casa y le dije a mi madre, "La escuela está cerrada". Esta vez realmente se sorprendió y decidió regresar conmigo, me negué rotundamente, ¡la puerta está cerrada y no se puede abrir, y se acabó! Me quedé en casa. Ese día, un compañero de escuela pasó por mi casa para saber si me pasaba algo. Me sorprendió cuando me dijo que la escuela estaba abierta.

Al día siguiente no tuve más remedio que permitir que mi madre me acompañara. Cuando llegamos me pidió que abriera la puerta. Deslicé el pasador, empujé la puerta que, desde luego, no se abrió. La miré triunfalmente haciendo un gesto de "ya ves". Ella se rió, se le caían las lágrimas de tanto reírse. Me dijo: ¿Puedo probar yo?, me aparté despreocupadamente. Agarró el pasador ¡Y la abrió fácilmente empujando hacia fuera! ¡Oh, no! Yo lo había intentado de un solo modo, empujando hacia adentro,
Ese día aprendí que la escuela, al igual que otras cosas, parecen estar cerradas. Sólo hay que saber como abrirlas. Más tarde en la vida me enfrenté a caminos y personas cerradas, pero recordé que las puertas no se abren siempre del mismo modo. Y que antes de enojarse, culpar a la puerta, renunciar, pegar la vuelta e irse a la mierda, conviene probar de varios modos... o preguntar.

"No culpes a tus zapatos por lo que hacen tus pies"

TERCERA REGLA

Tenga Razón Hasta Morir. Esta extraordinaria habilidad es exclusivamente humana. Funciona de maravillas en combinación con "Pretender saberlo todo". **Pretender saberlo todo y tener razón hasta morir,** se potencian la una a la otra, convirtiéndose en una explosiva mezcla cuya detonación puede dejar un boquete de dimensiones colosales en las relaciones y comprometer cualquier proyecto. Tener razón hasta morir no es sólo un método, es un arma de exterminio, muchas veces letal hasta para el que la usa. Debería ser expuesta en la Galería de la Estupidez Humana como un clásico.

Lo importante no es ganar.
Lo que importa es competir,
sin perder ni empatar.

La obsesión de Tener Razón Hasta Morir tiene su origen en la deforrnación de un básico y normal mecanismo de supervivencia del ser humano. El ser humano nace con un mandato básico: ***Preservarse a sí mismo.*** Sin embargo, una persona puede auto-destruirse defendiendo algo con lo que ella se siente identificada. Es el ***Drama de la Identificación.*** Cuando una persona se identifica con algo y se proyecta en eso, comienza su drama de identificación. Cuando una persona cree que es el dinero, el poder, o la familia, o la fama, o lo que sea que crea que es, va a hacer cualquier cosa por preservar eso, aun cuando eso pueda destruirlo. **Esa persona cree que es eso, y lo defenderá hasta morir.**

De hecho muchas personas matan o se dejan matar por sostener creencias. Como consecuencia de esta ilusión defendemos a capa y espada nuestras creencias y comportamientos, por más negativas que sean las creencias y más inoperantes los comportamientos. Como en parte somos eso que hacemos, creemos que perderemos nuestra identidad si dejamos de hacerlo, tenerlo, o serlo. Ahora somos "eso". Debemos protegerlo hasta con nuestra salud y nuestra vida. Tener razón hasta morir es el método que usamos para defender aquello en lo que nos hemos identificado.

"Quien no quiere razonar es un fanático; quien no sabe razonar es un tonto; y quien no se atreve a razonar es un esclavo "

W. Drummond

Observe a una persona expresando todos sus argumentos y comprometiendo todas sus habilidades cuando no está dispuesta a escuchar, ser flexible y acordar. Cuando quiere tener razón hasta morir tratando de defender algo que cree, tiene, o es, la verá retorcerse, contorsionarse, desquiciarse, ofuscarse, bramar, y desarticularse mentalmente, tratando de encontrar las mejores razones para ganar la batalla de las razones. Esgrimirá sus mejores y más inteligentes argumentos, atados como una porra para pegar en la cabeza de su contrincante, hasta hacerlo caer o ser derrotado. Se enojará, criticará, gritará, hará silencio ofendido, se irá y volverá con nuevos y renovados argumentos y razones. Aun tirado en la lona y sangrando, seguirá diciendo lo suyo, escupiendo sangre y bronca, muchas veces negando hechos incontrovertibles. Inclusive, si mira con atención, descubriría con sorpresa y horror una extraña satisfacción reflejada en la cara de alguien que quiere tener razón hasta morir que proviene de ya no importarle perder con tal que el otro pierda.

Lo importante no es ganar sino hacer perder al otro.

TenerRazónHastaMorir es la trinchera en la que se agazapa nuestra imagen, dejándonos a nosotros en el campo de batalla, desgarrando y descuartizando las ideas y opiniones de los demás o viceversa.

> *"Los más obstinados suelen ser los más equivocados, como les ocurre a todos los que no han aprendido a dudar".*
>
> *Samuel Butler*

Practique esta regla todo lo posible. Practíquela en casa y en el trabajo. Quiebre las frases de los demás con sus intempestivas interrupciones. No permita que lo interrumpan cuando usted está interrumpiendo. Usted no va a discutir las opiniones de los demás, no las escuche, no es necesario. Un buen practicante de TenerRazónHastaMorir sólo se concentra en imponer las suyas. Soborne, amenace, búrlese, denigre, descalifique. Use la sátira y el sarcasmo. Use un torrente de argumentaciones, ni siquiera respire para no dejar un espacio donde el otro pueda colar una sola palabra. Hable, hable, hable.

> Si no puedes convencerlos, confúndelos.

En el momento que note que sus opiniones no son tan válidas como las de su fastidioso adversario no pierda más tiempo. Concentre todas sus energías en mutilar y despedazar al oponente. Si no puede demoler sus razones o pensamientos, aniquílelo como persona. Un profesional de esta regla siempre debe tener a su disposición los errores, limitaciones e insuficiencias del otro para esgrimirlas en caso de urgencia.

El resentimiento, la resistencia, y la revancha comenzarán a trazar un espiral ascendente hasta que el caos reemplace cualquier brote de coherencia o acuerdo. Si usted hizo bien su trabajo, los tendrá a todos muy ocupados. Nadie piensa tanto en uno como su enemigo. Si comienza este juego, prepárese. Nadie dormirá de noche. Estarán todo el día pensando el uno en el otro, acumulando resentimiento y elucubrando su próxima revancha. No se descuide, porque si tiene un buen contrincante, estará urdiendo sus propias estrategias. Le aseguro que no se aburrirá. ¿Recuerda la película "La Guerra de los Roses?". Ni vale la pena que le detalle los beneficios que obtendrá y los precios que pagará por esta práctica. Sólo le diré que los buenos practicantes de TenerRazónHastaMorir casi siempre lo logran, se mueren.

Toda cuestión tiene dos puntos de vista:
El equivocado y el nuestro.

Un ejemplo de TenerRazónHastaMorir con humor:

> "Veamos, cuénteme su versión de los hechos"- dice el Juez: "Sr. Juez, estaba yo en la cocina con el cuchillo de cortar jamón. De pronto entra mi mujer, tropieza, cae sobre el cuchillo y se lo clava en el pecho",
> "Bien, continúe" - dice el Juez.
> "Pues así, hasta siete veces, Sr. juez"

"No se tome la vida demasiado en serio;
Nunca saldrá vivo de ella"

E. Hubbard

¿DÓNDE ESTÁ MI SILLITA?

Ella se sentó frente a mí y, con voz apagada y contenida, comenzó a relatarme: "Al escucharlo hablar a usted, recordé algo de mi infancia. Hasta hoy lo tenía olvidado. Me sorprendió la intensidad de los sentimientos que estallaron en mi cuerpo a medida que estas imágenes tan lejanas se hicieron más y más claras en mi mente".

"Ahora estoy realmente asustada y conmocionada. Hoy yo soy madre y temo por el dolor que pude haber provocado en mis hijos sin siquiera darme cuenta. Hoy reconozco el tremendo impacto que puede causar en un niño una experiencia que puede ser apenas molesta para un adulto pero de consecuencias devastadoras para la exquisita sensibilidad de un niño".

"Recuerdo que estaba sentada en un tren, y frente a mí estaba mi madre. Mis tres hermanos habían quedado en casa. El trayecto, hasta lo que ahora sé que era la estación Constitución, fue en silencio. Un opresivo, desacostumbrado y pesado silencio. Ya antes me habían explicado lo que iba a pasar y yo lo acepté, pero ahora que realmente estaba sucediendo, me daba cuenta que era mucho más doloroso y desgarrador que lo que imaginé cuando me lo contaron. Estaba comprendiendo que uno no es tan fuerte como pretende serlo. El de mi madre era un ominoso y funesto silencio que mantenía, como avergonzada y culpable. Yo trataba de romperlo buscando su mirada, pero sus ojos me esquivaban permanentemente huyendo hacia la ventanilla, sin encontrarse nunca con los míos. El bolso que ella llevaba agarrado fuertemente a su lado, y contenía casi todas mis pertenencias, era la materialización de algo terrible que pensaba que nunca pasaría. Pero allí estaba ese bolso, un objeto inerte que más se parecía a un pequeño ataúd que transportaba todos mis sueños de niña.

"Mis padres estaban pasando un muy mal momento económico y ya no podían pagar el alquiler de la pequeña casa. La solución, según me dijeron, era repartirnos con parientes hasta conseguir otra casa. A mí me tocaba, por ser la mayor de cuatro hermanos, y la única mujer, ir a vivir por un tiempo a la casa de un familiar casi desconocido para mí".

"Estoy parada frente a una señora que sonríe nerviosamente y me mira con la misma intriga con que yo la miro. La había visto algunas veces en casa. Mi madre me la presentó, 'Esta es tu tía Lidia, la hermana del tío José. Vas a tener que quedarte un tiempo con ellos. Papá y yo te vendremos a visitar". Yo escuchaba todo eso y asentía mansamente con la cabeza mientras con mis ojos le rogaba a mamá que ya era demasiado para mi pequeño corazón, que me llevara de regreso con ella.

"Mi tía estaba contenta y trataba de animarme con su inexperiencia y su mejor voluntad, pero cuando mi mamá se fue me aterroricé. Un terrible sentimiento de abandono y desamparo me invadió. Sin embargo, contuve mi llanto. Qué extraño, ahora reparo en el hecho que ya desde niña aprendí a contener el llanto, a contener mis sentimientos. Con mis apenas seis años ya sabía hacerlo".

"¿Qué iba a ser de mi vida? ¿Qué iba a pasar conmigo? ¿Tenía que olvidar a mis hermanos y a mis padres? ¿No los vería nunca más? Esa noche, acostada en una camita provisoria que me hicieron en el inmenso comedor lloré silenciosamente hasta que el sueño me venció. Al día siguiente, al despertarme, no fue fácil para mí encontrarme nuevamente con esa realidad. Me faltaba todo, mis hermanos, mamá, papá, los juegos, las tareas con las que ayudaba a mamá".

"No sé cuantos días pasaron hasta que terminé por aceptar y comprender que tenía que aprender a sobrevivir lo mejor posible. Es así que a mis seis años comencé a construir otro mundo nuevo en ese universo tan extraño para mí. Eran otras personas, un mundo de personas grandes y también extrañas. Con el tiempo todos nos encariñamos mucho. El que más me demostraba su cariño era el tío Jorge, el marido de tía Lidia. En

una oportunidad me confesó que tenía hijitas de un matrimonio anterior a las que no veía porque la madre de ellas no se lo permitía. Lo pude comprender, él también era un abandonado. A mis seis años ya era capaz de entender el sufrimiento de los adultos".

"Su aflicción me conmovió y me apenó mucho porque él era bueno y cariñoso, siempre me escuchaba con atención y jugaba conmigo. Muchas veces me defendía cuando mi tía me ponía en penitencia; ella era un poco autoritaria pero también era una buena mujer y me llevaba a todos lados. Me contaba muchas cosas y muchas veces me hablaba como sí yo fuera una niña mucho más grande. Con el tiempo descubrí que mis tíos no se llevaban bien y algo tenía que ver la amargura de mi tía que no podía tener hijos. Mi tía había convencido a mis padres, acuciados por la necesidad de encontrar un nuevo lugar para vivir, que me dejaran viviendo con ellos en calidad de "préstamo" como un intento de salvar a la pareja y consolar a la tía en su fallida maternidad.

Pasó mucho tiempo, no sé cuanto, para mí fue una eternidad. Algunas veces mi papá o mi mamá me venían a ver. Yo los esperaba con impaciencia, con ganas de abrazarlos y no soltarme para que me llevaran con ellos. Hay algo que yo hacía y que hoy me conmueve profundamente cuando rememoro la imagen. Cada vez que venía mi papá yo le sacaba los zapatos y se los lustraba. No sé porque hacía una cosa así, pero creo que una de mis tareas era lustrar los zapatitos de mis hermanos menores. ¡Hubiera hecho cualquier cosa con tal que él me llevara nuevamente a casa! Cuando se despedía, y veía como esos pies con esos zapatos lustrados se iban sin mí, la fantasía del regreso se hacía añicos y mi congoja era tan profunda como profunda puede ser el alma de una criatura".

Tuve que imaginar que este era mi nuevo hogar. Los niños aprendemos rápido a jugar juegos nuevos. Entonces aprendí a quererlos, me apegué a ellos, conocí gente y lugares diferentes. Aprendí a vivir en la abundancia ya que había muchas más posibilidades económicas que en mi vida anterior. Muchas menos privaciones. Me llenaron de ropa y juguetes. Yo era el consuelo y el sosiego de esta tan triste pareja. Yo, una niña desconsolada, era el hálito de vida para personas que tenían muchas veces mi edad.

Un día, inesperadamente, no sé cuanto tiempo había pasado ya, llegó la noticia de que era el momento de regresar a mi casa. Recuerdo que era un mes de enero. Una mezcla de alegría, rabia y miedo me invadieron. Yo no quería perder más cosas, ya me había arraigado a ese lugar, había cicatrizado sentimientos destrozados, y aprendido a querer a personas que me querían bien. Por otra parte me sentía profundamente enojada porque me arrancaban otra vez de un lugar.

Mi tía había guardado todo lo que me había comprado, mientras disimulaba su llanto y trataba de ocultar su tristeza. Me recomendó, casi en secreto, que defendiera esas cosas porque eran mías, que las cuidara de mis hermanos, que defendiera lo mío.

El camino de regreso fue duro. No quería llegar nunca. Ya extrañaba lo que había dejado. Mi corazón se había quedado en ese lugar. Pero ya había aprendido a no compartir mis sentimientos.

Cuando me reencontré con mis hermanos nos quedamos por un instante mirándonos, casi sin reconocemos. Los niños crecemos rápido. Al principio nos sentimos como extraños. Me di cuenta que todo empezaba otra vez. Pero ya, a mis seis o siete años, no recuerdo bien**,** era una niña madura y experimentada en esto de olvidar y rearmar mundos perdidos. Comencé a sacar las cosas que había traído mientras ellos me hacían preguntas. En pocos momentos mis hermanos se habían apoderado de todo. Yo tímidamente balbuceaba que se los prestaba pero que era mío. Mi padre intervino hoscamente criticándome por mi egoísmo y comentando que mis tíos me habían consentido demasiado.

Pero los niños liman rápidamente sus asperezas y el hielo se fue derritiendo. Los niños son así. Guerras cortas y juegos largos. Nos fuimos al patio que tenía la nueva casa

alquilada. Según mis hermanitos los Reyes Magos habían pasado a dejar sus regalos y en medio del patio había un típico juego de jardín para niños consistente en una mesita con tres sillitas. Mis hermanos se sentaron bulliciosamente, cada uno en su sillita, y yo, deseosa y excitada por reunirme con mis hermanitos recién recuperados, quise hacer lo mismo. Mirando a mi alrededor, inocentemente pregunté, "¿Y dónde está mi sillita?". Mis hermanos se callaron sorprendidos y me miraron sin saber qué decir. "¿Dónde está mi sillita?" repetí, y sentí que una terrible angustia inundaba todo mi ser. ¿¡Dónde está mi sillita!?, grité una y otra vez, mientras caminaba de un lado a otro buscando, hasta que estallé en un llanto desconsolado y doliente. Mis padres salieron corriendo de la cocina, se acercaron a mí, y yo los miré lanzando pequeñas llamas de indignación. Los ojos de una niña no pueden hacer mucho más que lanzar pequeñas llamas cuando tiene que mirar hacia arriba. Esas pequeñas llamas de niña se extinguían demasiado rápido por el torrente de lágrimas. Mis padres escucharon mi reclamo y trataron de calmarme. Yo no podía comprender cómo es que los "Reyes Magos" no me habían tenido en cuenta. Mis padres me decían tontamente... 'como no estabas'".

"Me quedé tiesa como una estatua, hubiera querido huir pero mis piernas pesaban toneladas. Miraba a mis hermanos y a mis padres buscando una respuesta, una ayuda que aliviara tanto dolor. En un cuerpo pequeño no caben dolores tan grandes. ¿Será por eso que crecemos, para poder contener dolores más grandes?

Todo se desmoronaba a mi alrededor. Parecía que me estuvieran castigando por amarlos. Decidí ponerle rejas a mi corazón. Primero me habían depositado como un paquete en un lugar extraño y yo había logrado sobrevivir. Había aprendido a adaptarme. Luego me volvieron a arrancar de ese lugar, y ahora volvía a sentir que no había un lugar acogedor para mí. Nunca lograba tener raíces. ¿Cómo se puede crecer sin raíces? Mi padre me prometió que él me compraría una sillita. ¿Sería posible una cosa así? ¿Es que finalmente mi padre sería mi salvador, mi héroe?

Durante un tiempo estuve esperando ilusionada que mi padre apareciera con la tan ansiada sillita, pero nunca ocurrió. Por lo visto tenía que acostumbrarme a vivir esperando. Ningún lugar era el definitivo para mí. No tenía mi lugar para sentarme. Ya no reclamé más.

Creo que aun hoy sigo esperando. Muchos de los sentimientos que nacieron ese día quedaron arraigados en lo más profundo de mi corazón de niña. Hoy comienzo a entender porqué, a pesar de vivir rodeada de amor y prosperidad, tengo tanto miedo a perder las cosas y me siento tan fácilmente desamparada. Espero poder sacarle las rejas a mi corazón, encontrar finalmente mi lugar. Por lo pronto decidí que no voy a esperar más: Hoy mismo me voy a comprar una sillita para mí sola. He decidido convertirme en mi propio Rey Mago".

"Toda pena es grande para un corazón pequeño"
J. Benavente

CUARTA REGLA

No Escuche

"Cuando los ancianos se reúnen a discutir importantes temas de la tribu, usan una especie de báculo o bastón ceremonial ricamente adornado con abalorios y plumas. Ese bastón es pasado de una persona a otra, alrededor del círculo, y usado para facilitar la comunicación permitiendo a cada miembro presente tener su tiempo para hablar y ser escuchado, sin ser interrumpido. Cuando alguien está sosteniendo el bastón puede hablar. Si no lo tiene en su posesión, debe estar en silencio y escuchar. Si tiene el bastón en sus manos y no se le ocurre nada útil para decir, está bien. La posesión del bastón le da la oportunidad de hablar, pero no significa que tiene que decir cualquier cosa. Algunas veces, aunque no tengan nada para decir, sostienen el bastón por un tiempo para estar en silencio e impulsar a que reflexionen todos juntos. El que tiene el bastón es el dueño de la palabra y del silencio".

Los animales oyen. Las personas escuchan. Escuchar es diferente a oír. Cuando escuchamos oímos y le agregamos una interpretación a lo que oímos. Conocer esta diferencia es muy importante. Cuando escuchamos, nuestra mente está entrenada para hacer siempre una interpretación de lo que escuchamos. Así que tenemos que prestar atención a dos cosas: A lo que la gente dice y a lo que nosotros estamos interpretando de lo que la gente dice. Lo que escuchamos puede no ser lo que la otra persona quiere decir. Y lo que decimos pudiera ser que no sea lo que la persona termina escuchando.

Es fundamental saber desde dónde uno habla, pero más importante es saber desde dónde escuchan los demás. Nosotros hablarnos desde nuestras creencias, y la gente nos escucha desde las suyas. Con demasiada frecuencia lo que decimos no es lo que la gente escucha. Hay gente que escucha lo que nunca se dijo... y hay gente que no escucha lo que ya se dijo mil veces.

Esto significa que es importante tomar conciencia tanto de lo que uno dice como de lo que el otro escucha, y viceversa. Si usted le pidiera a alguien, en el transcurso de una plática o discusión, que le repitiera lo que usted acaba de decir, se llevaría, en la mayoría de los casos, una desagradable sorpresa. Es como si hubieran puesto lo que dijo en una especie de máquina trituradora. Faltan partes enteras de lo que usted dijo, hay cosas agregadas que usted nunca dijo y, para hacer la cosa más entretenida, el resto puede ser una interpretación de lo que usted acaba de decir. Del original no quedó nada. Si tuvo suerte, y algo de lo que dijo fue preservado, comprobará con desesperación que no encaja para nada con el resto, lo han sacado del contexto.

Escuchar es interpretar lo que se oye. Esto significa que corremos el riesgo de no estar escuchando al otro sino lo que nos estamos diciendo a nosotros mismos sobre lo que el otro está diciendo. Escuchar abarca percibir varias cosas: lo verbal y lo no verbal, el lenguaje corporal, los gestos y las actitudes. Si pudiera verse en un espejo mientras habla observaría, entre divertido y asombrado, que lo que dice su lengua muchas veces no es lo que dice su cuerpo, y viceversa. No es fácil escuchar. Para escuchar hay que abrir la mente, abrir el corazón, abrir los ojos, abrir los oídos... y cerrar la boca.

Pero a usted no le debe interesar nada de esto ¿verdad? Si usted ya es un viejo practicante de las tres primeras reglas del Decálogo: **Pretender Saberlo Todo, Tener Razón hasta Morir, y Ser Controlador** y **Autoritario,** no tiene ningún sentido práctico que escuche. ¿Para que escuchar si ya lo sabe todo? Pero no escuchar no es sólo no prestar atención a lo que la gente dice. Es demostrarles de un modo siempre bizarro y desenvuelto, contundente y terminante, que a usted no le interesa escucharlos. No debe hacerlo fácil. Cada vez que hagan silencio, porque se dan cuenta que usted no los

escucha, dígales impaciente, "sigue, habla, que te estoy escuchando", y luego vuelva a lo suyo.

La gente habla también con su cuerpo, sus ojos, sus gestos, sus actitudes y sus comportamientos. Si usted escuchara todo eso, las personas son como libros abiertos. Por lo tanto, no los mire a los ojos, no los toque, no los acaricie, no les sonría. Todo eso podría significar que les esté prestando atención y los está escuchando. En definitiva, demuéstrele a la gente que está, pero no existe. No la escuche. No la conozca ni deje conocerse. Para escuchar y hacerse escuchar hay que tener coraje, hacerse vulnerable y exponerse. Eso no es para nosotros, ¿verdad?

¿Escuchó algo de lo que dije?

> "Durante mi segundo semestre en la escuela de enfermería, nuestro Profesor nos dio un examen sorpresa.
>
> Yo era un estudiante consciente y leí rápidamente todas las preguntas, hasta que leí la última: ¿Cuál es el primer nombre de la mujer que limpia la escuela? Seguramente era algún tipo de broma. Yo había visto muchas veces a la mujer que limpiaba la escuela. Ella era alta, cabello oscuro, como de cincuenta años, pero ¿cómo iba yo a saber su nombre?
>
> Entregué mi examen, dejando la última pregunta en blanco. Antes de que terminara la clase, alguien le preguntó al profesor si la última pregunta contaría para la nota del examen. "Absolutamente," dijo el profesor. "En sus carreras ustedes conocerán a muchas personas. Todas ellas son significantes. Ellos merecen su atención y cuidado, ¡Aun sólo si ustedes les sonríen y dicen Hola!"
>
> Yo nunca olvide esa lección. También aprendí que su nombre era Dorothy".

El Bicho Feo
Brian Brolin

Mientras estaba sentado bajo un árbol
Contemplando los muchos problemas
Que estaban conectándose con mi espíritu
Un bicho voló cerca.
El bicho era feo y torpe.
Batiendo frenéticamente sus extrañas alas
Manteniendo dificultosamente su flaco y huesudo cuerpo en el aire.

Yo estaba riéndome disimuladamente del absurdo insecto
Y de su vuelo escasamente exitoso
Cuando cambió de curso
Y voló más cerca de mí.

Momentáneamente revoloteó
Y me pareció que se reía disimuladamente de mí
Sentado yo allí, todo feo y absurdo,
Y sin alas.

QUINTA REGLA

Sea experto crítico de los demás

El hombre se ríe del bicho,
El bicho se ríe del hombre.
¿Por qué el hombre se ríe del bicho?
¿Por qué el bicho se ríe del hombre?

La crítica viene envuelta en muchos paquetes. A veces viene bajo la apariencia de hostilidad encubierta. Otras veces viene enmascarada bajo la apariencia del chiste, la burla, el sarcasmo, o la sátira. Muchas veces viene con un hermoso papel de regalo disfrazada de "las mejores intenciones," pero, cuando no está asociada con la compasión, ni forma parte de una posible solución, es el mejor modo de descalificar a la gente. La crítica, como recurso de control y dominación, sólo enfoca en las insuficiencias y las limitaciones humanas buscando paralizar la creatividad y la expresividad.

La cosa en esta regla es así: Si usted no está dispuesto a evolucionar y crecer como persona, (cosa sumamente respetable), no permita que los demás lo hagan (cosa ya no tan respetable, pero no importa). No puede haber en la vida de un arruinador algo más fastidioso que la presencia de una persona que le demuestre que las cosas pueden hacerse. Usted no debe permitir que alguien logre fácilmente las cosas que usted no logra. Lo obligaría a aceptar que se puede, que hay otras posibilidades y maneras de hacer las cosas. Lo arrastraría a tener que arriesgarse y probar de otros modos para no quedarse atrás. ¡Eso es molesto y mortificante!

Cada vez que alguien proponga algo creativo y original que pone en peligro su viejo y empedernido método, desenfunde la crítica y llene de agujeros la propuesta y la pobre humanidad del atrevido.

Critique, censure, enjuicie, descalifique. Recuerde que la **uniformidad es el refugio de los mediocres.** Si quiere ser un mediocre satisfecho y sentirse seguro, no permita que nadie se destaque.

> *"El que es capaz de sonreír cuando todo le está saliendo mal, es porque ya tiene pensado a quien echarle la culpa*

Aunque le parezca raro, algunas veces la crítica es un muy extraño acto de amor, lo cual hace a la crítica aun más perversa y deshonesta. Puede sorprenderle que descubra que usted mismo haga algo así, pero a veces nos hacemos a nosotros mismos, o a los demás, cosas que no sabemos que las estamos haciendo.

Cuando alguien pretende cambiar y mejorar, los que lo rodean sienten miedo. Sorprendido e indignado el candidato al cambio notará que las personas que lo quieren, que lo quieren ver bien, que se sienta bien, en lugar de contenerlo y apoyarlo le empiezan a poner palos en la rueda. ¿Por qué?, Muy simple y dramático, temen que si logra lo que se ha propuesto, lo puedan perder o no poder seguirlo en su crecimiento. ¿No es extraño este acto de amor? ¡No, no es nada extraño! Queremos que nuestros seres queridos se sientan bien, pero por lo visto ¡no tan bien! Si existen los amores que matan, este es uno de ellos. La crítica que no aporta soluciones, y no brinda contención y apoyo es, en realidad, un sabotaje premeditado a nuestra auto-estima y auto-confianza. El mejor modo de voltearnos las ganas y el coraje.

Una vez vi el comportamiento de unas langostas de mar en un barril, todas en el fondo, mezcladas y, cuando una trataba de subir para escapar, las otras la retenían y empujaban hacia abajo con sus pinzas.

"Bueno, son animales", dirá usted...

"Pero nosotros no", le diré yo... "y hacemos lo mismo con nuestros seres queridos, los retenemos, los controlamos demasiado" "¿Por qué "...

"Porque los amamos y no queremos que se hagan daño...

¿Pero no nos damos cuenta que si se quedan allí corren el peligro de la mediocridad y la vulgaridad?"

"No, afuera puede ser peor, antes tenemos que enseñarles"

"Pero sólo se aprende lo que se practica, si los criticamos y no los dejamos experimentar por si mismos, ¿cómo van a aprender?"...

"No los estamos criticando, los estamos protegiendo de ellos mismos. *Aun* ***no saben, aun no pueden, aun no deben"***...

"¿Protegiendo de qué?"...

"De ellos mismos, se lo repito, aun no saben y aun no pueden, se van a lastimar"

"Pero, también, se lo repito, no hay sustituto a la experiencia y sólo se aprende lo que se practica. Debemos permitirles que se arriesguen, que experimenten, que se equivoquen, y aprendan. Debemos limitarnos a apoyarlos y alentarlos. Así podrían saber más, ser mejores, llegar aun más lejos que nosotros, y serian libres, y se irían a hacer su propia vida, y serían felices, y se irían de nuestro lado

"¡-Justamente de eso estábamos hablando!"

"¡Oh!"...

El consuelo es que muchas veces los perjudicamos sin damos cuenta. Ahora que ya lo sabe, ¡mejórelo!, transforme una vulgar e instintiva maniobra en una sofisticado estrategia. Critíquelos con el pretexto de que los está protegiendo. No los pierda de vista, busque pelos en la leche. Si lo hacen mal, mejor. Marañon comentó algo bastante

tétrico: "Cuando una persona toma un fusil, se sube a una torre, y mata gente, no está loca. Sólo esta matando a la gente equivocada".

Cuando nos consideramos perfectos es simplemente porque nos exigimos menos de nosotros mismos. El criticismo es una forma de expresarse a uno mismo que habitualmente no suma nada valioso a las relaciones. Lo que agrega es miedo e inseguridad. La crítica puede dar resultados a corto plazo, pero no suma valores a largo plazo. Juzgar a los demás críticamente no los define a ellos de ninguna manera, nos define a nosotros mismos. Dice desde dónde miramos a la vida y a la gente. No quiero amargarle la vida, pero los demás son un espejo en el que nos mirarnos buscándonos a nosotros mismos, y no les podemos perdonar que nos devuelvan una imagen tan fiel al original.

En estudios hechos por John Gottmann y descriptos en su libro, *Why Marriages Suceed and Why Marriages Fail* (Por qué los matrimonios tienen éxito y por qué los matrimonios fracasan), encontró que las relaciones que tenían un promedio de cinco muestras de aprecio y reconocimiento por cada muestra de crítica, 5 a 1, eran prósperas, saludables, y productivas. Por el contrario, las relaciones que tenían un promedio de 1 a 1 en aprecio y crítica estaban condenadas al fracaso. El divorcio era el inevitable resultado en los promedios 1 a 1 o menos.

Cambie su análisis de las situaciones. Reconozca el esfuerzo y las buenas intenciones de los demás, aun si los resultados que usted espera están ocasionalmente ausentes. Comprométase con una cultura de aprecio y reconocimiento. ¡No, olvídese de esto último! Se me escapó sin darme cuenta, no me arruine la regla.

La Asamblea en la Carpintería

Cuentan que en una carpintería hubo una vez una extraña asamblea. Fue una reunión de herramientas para arreglar diferencias. El martillo ejercía la presidencia pero la asamblea le notificó que tenía que renunciar. ¿La causa? ¡Hacía demasiado ruido! Y además se pasaba todo el tiempo golpeando. El martillo aceptó su culpa, pero pidió que también fuera expulsado el tornillo, dijo que había que darle muchas vueltas para que sirviera de algo. Ante el ataque el tornillo aceptó también, pero a su vez pidió la expulsión de la lija. Hizo ver que era muy áspera en su trato y siempre tenía fricciones con los demás.

Y la lija estuvo de acuerdo, a condición de que fuera expulsado el metro que siempre se la pasaba midiendo a los demás según su medida, como si fuera perfecto. En eso entró el carpintero, se puso el delantal e inició su trabajo.

Utilizó el martillo, la lija, el metro y el tomillo. Finalmente, la tosca madera inicial se convirtió en un lindo juego de ajedrez. Cuando la carpintería quedó nuevamente sola, la asamblea reanudó la deliberación. Fue entonces cuando tomó la palabra el serrucho, y dijo: "Señores, ha quedado demostrado que tenemos defectos, pero el carpintero trabaja con nuestras cualidades. Eso es lo que nos hace valiosos. Así que no pensemos ya en nuestros puntos malos y concentrémonos en la utilidad de nuestros puntos buenos". La asamblea encontró entonces que el martillo era fuerte, el tomillo unía y daba fuerza, la lija era especial para afinar y limar asperezas y observaron que el metro era preciso y exacto. Se sintieron entonces un equipo capaz de producir y hacer cosas de calidad. Se sintieron orgullosos de sus fortalezas y de trabajar juntos".

Ocurre lo mismo con los seres humanos. Observe y lo comprobará. Cuando buscamos defectos en los demás, la situación se vuelve tensa y negativa. En cambio, cuando tratamos de percibir honestamente las capacidades de los demás, es cuando florecen los

mejores logros humanos. Es fácil encontrar defectos, cualquier tonto puede hacerlo, pero encontrar cualidades, eso es para los espíritus superiores que son capaces de inspirar todos los éxitos humanos.

TE ESPERO A LA SALIDA

Estaba aprendiendo el arte de escribir con lapicera, pluma y tinta. No era como hoy, que todo viene armado y listo para usar. No existía la birome, ni la lapicera a fuente, ni la lapicera recargable o a cartucho.

Para escribir con tinta se requería: una porta pluma o canuto, la pluma, el tintero, el secante, cuaderno. Tinta negra, tinta azul, tinta roja, tinta verde. Para las grandes ocasiones el famoso plumín y tinta china.

Había que aprender a sumergir la pluma en el tintero hasta la profundidad exacta para que la pluma se embebiera de tinta, de tal modo, que no faltara ni sobrara tinta. En caso contrario se manchaba el canuto, y las manos, y uno vivía teñido de azul. Había que escurrir el sobrante en el borde del tintero evitando que se volcara. Para eso había que agarrar el frasco con una mano mientras se usaba la otra para el delicado menester de preparar la pluma. Había que observar atentamente la pluma, limpiarla a veces con el secante y, finalmente, encomendarse a los dioses para que escribiera sin manchar, raspar o encharcar la hoja. Esta maniobra debía ser repetida a cada instante porque se podían escribir pocas palabras por vez.

Era muy conveniente que fuera así, ese intervalo entre escritura y escritura, ese sumergir, escurrir y observar escrupulosamente la pluma permitía reflexionar sobre lo que uno había escrito, lo que estaba escribiendo o lo que podría llegar a escribir. Uno no podía precipitarse, apurarse o distraerse. Respetar la rectitud de las líneas del cuaderno era igual de exigente que respetar los valores y principios que deben guiar la vida. Así aprendí lo que es la excelencia: detalles, detalles, detalles. Cuando escribía con pluma y lapicera mi grado de concentración era la de un sabio investigando el origen de la vida.

Una mancha de tinta en la hoja, una cantidad escasa o desbordada de tinta y había que empezar otra vez. Así aprendí a frustrarme y a tener paciencia, a reconocer mi torpeza e insistir entre manchones, raspaduras, desviaciones y encastres. Yo era el único responsable, no había a quién echarle la culpa.

Si hay algo que me enseñó ese maldito tintero fue sobre la inestabilidad de la vida y sus imponderables. Una maniobra descuidada y ese frasco de tinta podían terminar volcado, también podía volcarse misteriosamente, o podía ser volcado. Un día me pasó lo primero, lo volqué. El tintero me tenía preparada una lección de vida que me costaría mucha sangre superar... y mucha tinta.

La tinta se derramó sobre mi cuaderno, luego sobre la mesa ¡y finalmente, ante mis ojos espantados, sobre el guardapolvo del niño más grande y pendenciero de la clase, sentado justamente a mi lado! Fin, se acabó, kaput. Era hombre muerto, mejor dicho, niño muerto. Para colmo, yo no le agradaba mucho.

La bestia pegó un salto, miró su guardapolvo, me miró a través de sus anteojos, volvió a mirar como la mancha se extendía, y me volvió a mirar con una mirada mezcla de placer y furia y me dijo la frase fatídica: "Te espero a la salida" ¡Oh, Dios, ¿Por qué ponen a los niños y a las bestias juntas? ¿Sabe cuanto dura el tiempo cuando le dicen una cosa así? El tiempo se estiraba y se acortaba jugando con mi desesperación mientras mi contrincante se iba haciendo cada vez más grande, y más grande. ¿Cómo puede ser que la bestia crezca tan pronto? Su constante mirada sobre mí era como rayos exterminadores. Cuando llegó la hora de salida ya todos sabían del desafío y esperaban disfrutarlo. No sé si hicieron apuestas, pero si así fuera, creo que eran 100 a 1. Pero no les di el gusto, en una maniobra digna de mejor causa hice lo mejor que sabía hacer, correr.

Llegué a mi casa y le dije a mis padres que había decidido no estudiar más. Que ya sabía bastante. Tanto me indagaron que finalmente les conté la verdad. Aun quería vivir, era muy joven para morir. Mi madre encontró una solución inesperada y bastante humillante, me compró un gran paquete de caramelos y me dijo que esperara a la bestia en la entrada de la escuela, me disculpara, y le regalara esos deliciosos caramelos. Así lo hice, y aprendí a sobornar. La bestia no se hizo mi amigo pero no me pegó. No pasó mucho tiempo en que descubrí que las soluciones de hoy pueden ser los problemas de mañana.

El resultado de esta estrategia es que la bestia me exigió por bastante tiempo que le comprara caramelos con las monedas que mi madre me daba para "mis" caramelos. Con el tiempo me di cuenta que hubiera sido preferible que me hubieran enseñado un poco más a pelear y menos a calmar a la gente. Fui dándole a todos los que pasaron por mi vida lo que creí que me evitaría ser lastimado. Es así como oculté muchos sentimientos, me hice cobarde, muchas veces dije que si cuando quería decir que no. La maldita búsqueda de la aceptación, evitar el rechazo. Me cansé de regalar mis caramelos.

Subestimarse

Muchos años después, en un entrenamiento sobre educación responsable para el adulto, me pidieron que hiciera la lista de las personas que yo consideraba que dependía un poquito de mí, aquellas personas de las que yo me sentía un poquito responsable. Una lista que incluyera a todas aquellas personas a las que yo sentía que podría ayudar, apoyar, enseñar, orientar, defender, proteger, cuidar, escuchar, etc. Que no me olvidara de poner al canario, al perro o al gato, si lo tuviera. Me aclararon que no era necesario que fuera demasiado exacto en el número pero que sea lo más abarcativo posible. En aquella época tenía una clínica con más de 100 personas que, de un modo u otro, dependían de mí. A eso debía sumar mi familia, y amigos. Anuncié orgullosamente la cifra: creo que fueron 147. Nadie en el grupo tenía tanta gente. El entrenador hizo una pregunta demoledora: "Bien, ahora levante la mano el que se incluyó en esa lista". Silencio en el salón, casi nadie levantó la mano y yo tampoco. Me di cuenta, ¡Maldición, me di cuenta hasta donde había llegado mi locura de regalar caramelo.-, para que no me pegaran! Yo ya no estaba en la lista de personas un poquito importantes en mi vida. ¡Cómo me dolió esa palabra, poquito! ¿Quién me cuidaba, quién me enseñaba, quién me apoyaba?

¿Quién me daba un caramelo a mí de vez en cuando? ¡Yo estaba ausente de mi propia vida!

Boludo, te quedás después de hora y escribís en el pizarrón hasta que aprendas:

No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.
No debo regalar mis caramelos para que no me peguen.

SEXTA REGLA

Postergue. No tome decisiones, retrase las acciones. No se comprometa, avance un paso y retroceda dos, invente inteligentes explicaciones respecto a su lentitud, morosidad, indolencia, o parálisis. Venda y compre historias acerca de la necesidad de ser prudente y analizar bien las cosas, (cosa que está bien), pero que usted utilizará para encubrir su resistencia a tomar decisiones y abordar acciones. Cada vez que la vida quiera imponerle un cambio, no lo acepte voluntariamente, que lo tenga que llevar a la rastra, pateando y chillando. Siga creyendo que la vida es la que tiene que cambiar, no usted. Usted no debe estar abierto al cambio y debe responder a cualquier propuesta de cambio con un "tengo que pensarlo". Espere para que los demás lo hagan por usted. Luego critíquelos por no haberlo esperado.

Lamento decirle que cada vez que respiramos intercambiamos átomos con el exterior. En un año, el 98 % de todos nuestros átomos han sido cambiados totalmente. Esto significa que literalmente usted es una persona nueva cada año. En realidad, no podemos postergar nada, no tenemos elección, debemos cambiar y adaptarnos a los cambios.

Desgraciadamente, la resistencia pasiva al cambio, la postergación, es una batalla perdida. ¿Por qué postergamos decisiones y acciones que sabemos que nos conviene llevar a cabo?: Estamos intentando defendernos del miedo a la pérdida. Suponemos que no podremos soportar el cambio porque no podremos soportar que algo familiar se pierda. Es verdad, en el cambio siempre perderíamos algo, pero también ganaríamos algo que puede ser mejor. Siempre que algo nuevo se crea, algo viejo se destruye. La crisálida se destruye cuando la mariposa vuela. El capullo se extingue cuando la flor se abre. Pero no importa, usted postergue, retrase, dilate, aplace, suspenda.

Una de las más lúcidas descripciones de cómo el proceso del cambio se siente proviene de Danaan Parry en *Warriors of the Heart:*

Algunas veces siento que mi vida es una serie de trapecios columpiándose. O estoy aferrándome a la barra de un trapecio columpiándome, o en varios momentos de mi vida, estoy lanzándome a través del espacio de una barra a otra.

La mayoría del tiempo, consumo mi vida aferrándome a mi querida vida en el trapecio del momento. Me transporta con una frecuencia y velocidad ciertamente estables al columpiarme, y tengo el sentimiento de que tengo mi vida bajo control. Conozco la mayoría de las preguntas correctas y aun alguna de las respuestas correctas. Pero de vez en cuando, mientras estoy columpiándome alegremente (o no tan alegremente), miro frente a mí en la distancia, ¿y qué veo? Veo otro trapecio que está columpiándose hacia mí. Está vacío, y yo sé, en ese lugar mío en que yo sé, que este nuevo trapecio tiene mi nombre en su barra. Es mi próximo paso, mi crecimiento, la vitalidad viniendo a llevarme. En el corazón de mi corazón, yo sé que para poder crecer, debo soltarme de mi asidero en este presente, la muy bien conocida barra, para moverme a otra nueva.

Cada vez que eso me ocurre, espero no tener ganas de agarrar la nueva barra. Pero en mi lugar conocido yo sé que debo soltarme, totalmente de mi vieja barra, y por un momento en el tiempo, debo saltar a través del espacio antes de poder agarrar la nueva barra. Cada vez me siento aterrorizado. No importa que en todos mis saltos anteriores a través del vacío de lo desconocido, siempre lo haya logrado. Cada vez estoy con miedo que perderé, que me estrellaré en una roca desconocida en el insondable abismo entre las barras. Pero lo hago de cualquier modo. Quizás esta es la esencia de lo que los místicos llaman un acto de fe. Ninguna garantía, ninguna red, ninguna póliza de seguro,

pero usted lo hace de cualquier modo porque de alguna manera, mantenerse aferrado a esa vieja barra del trapecio no está por mucho tiempo en su lista de alternativas.
Y así por una eternidad que puede durar un microsegundo o miles de vidas, vuelo a través del oscuro vacío donde "el pasado se fue, el futuro aun no está aquí". Esta es llamada la transición. Yo tengo que empezar a creer que ese es el único lugar donde el real cambio tiene lugar.
Desde luego que para atreverse a pegar ese brinco se necesita coraje, pero por sobre todo, confianza en uno mismo. En ese instante es lo Único que lo impulsaría a dar ese salto. Así que desconfíe de usted. Como ya lo dije en algún momento, dude de su confianza, jamás dude de sus dudas. Para que no lo fastidien con los reclamos de cambio, súbase a una bicicleta fija y pedalee como un energúmeno todo el día. Es aburrido pero seguro.

"Lo que sea flexible y fluido tenderá a crecer, lo que sea rígido y trabado se marchitará y morirá"

Tao Te Ching

Si quiere ser un buen postergador, adhiérase a estos principios,

1. Sea impermeable al aprendizaje.
2. Nunca enfoque en el presente.
3. Desconfíe de usted
4. Sea rígido mental y emocionalmente
5. Nunca se suelte del trapecio

"Hay una ley de la vida, cruel y exacta, que afirma que uno debe Crecer, o en caso contrario, pagar más por seguir siendo el mismo

Norman Mailer

MORALEJA: CADA DÍA COSTARÁ MÁS CARO SEGUIR SIENDO LA MISMA PERSONA.

NUNCA CORRAS EN EL PATIO DE LA ESCUELA
(¿Dónde aprendiste a ser quien eres?
En casa y en el patio de la escuela)

"Cada vez que sonaba la campana del colegio anunciando el recreo sentíamos esa exultante y desbordante alegría que sólo se puede experimentar cuando una celda se abre y es uno el que está adentro y puede fugarse, aunque sea por un rato. La relación de odio-amor que me unía a esa campana era similar a la que supongo tendría el pobre infeliz perro de Pavlov con su propia campana".

"Nos otorgaban libertad condicional para jugar junto a otros presidiarios que aparecían vociferando y empujándose, escabulléndose de otras celdas. Por un tiempo, que siempre resultaba demasiado corto, nos dedicábamos a las importantes actividades que ocurrían en el patio de la escuela. Todos considerábamos que el estudio era sólo algo fastidioso, un intervalo forzoso, que interrumpía esos excitantes y deliciosos momentos del recreo en el patio de la escuela".

"El patio de la escuela era un mundo muy distinto al aula. El aula eran la disciplina, la opresión a nuestras naturales tendencias salvajes, la seriedad académica, el estudio, siendo todas ellas prácticas irremediablemente aburridas. El patio era otra cosa, allí todo era tentador, lujurioso, incitante y arriesgado. ¿Cómo explicárselo?, en contraposición a las preferencias arbitrariamente impuestas en el aula por nuestros guardianes, lo que parecía ocurrir en el patio de la escuela era algo así como la liberación de los más primitivos y bajos instintos. Estas costumbres eran, por razones que nunca comprendí, inexplicablemente fastidiosas para los adultos. Me refiero a deleznables actos tales como correr, trotar, saltar, danzar, piruetear, alborotar, atropellarse, empujarse, jugar con una pelota de papel, rebotar contra la pared, burlarse, divertirse y reír a carcajadas. Pasarla bien, confraternizar, hacer cosas por el sólo hecho que daba placer hacerlas. Era en el patio de la escuela donde realmente se develaban los enigmas de la vida y el delicado arte de las relaciones humanas entre los niños. Había que negociar, regatear, hacer pactos, relacionarse, amigarse, pelearse, Volver a amigarse, concertar o romper alianzas, imponer ideas sobre el modo de jugar, establecer dominios. Todas delicadas actividades que debían desarrollarse en pocos minutos. El patio era la vida real con todo su vibrante palpitar. Para colmo el colegio era mixto. Eramos "Ellas" y "Nosotros'.

"Entre otras cosas trascendentes que ocurrían en el patio de la escuela estaban los odios y los amores instantáneos. Romeos y Julietas, Montescos y Capuletos, Otelos y Atilas. La Divina Comedia infantil. Todo tenía sobrada cabida en los pequeños grandes dramas que se interpretaban en el gran escenario del patio de la escuela. Uno de estos dramas me tuvo a mí como protagonista no voluntario y trajo consecuencias a mi vida de relación que fueron duras de reparar.

"Yo estaba profunda, irremediable y eternamente enamorado de una de las "ellas", ¡cuyo nombre ya ni recuerdo!. Desde luego que "ella" no lo sabía. No estábamos en la misma aula, así que sólo podía no declararle mi profundo amor en el patio de la escuela. Si, leyó bien, no declararle mi amor. ¡Eso no tenía ninguna relevancia! Lo único trascendente era exhibirse, pavonearse, y exponerse, para que ella me viera. Yo no necesitaba su amor, sólo su atención. ¡Y si ella o alguien le revelaba mi pasión irrefrenable o lo sugería siquiera, yo lo negaría enérgicamente!"

"Seducir, cortejar y conquistar a una de las "ellas" significaba hacer algo imprudente, transgresor y arriesgado frente a los propios ojos de la amada, y fuera de la vista y control de los "guardianes". No suponga mal, ni desprecie el alto riesgo de tal intento. Nunca pisé un escenario tan riguroso y exigente como el patio de la escuela. Era un escenario impiadoso que no tenía entrada ni "mutis por el foro", por lo tanto, no había modo de huir u ocultar errores, traspiés, ni vergüenzas.

En el patio de la escuela, al igual que en la vida, no había ensayo. ¿Sabía que **la vida no tiene ensayo?** Lo aprendí en el patio de la escuela. Todo era publico, notorio y sin red. La única salida, ante el papelón, era rogar que la tierra lo tragara. No era una ocupación para cobardes. Mis dramatizaciones fueron practicadas frente al publico más exigente que jamás hubiera enfrentado: mis atentos, vigilantes, implacables y maliciosos compañeros de la escuela".

"Yo pretendía que mi amada clandestina me mirara y admirara. Que fuera la espectadora privilegiada de mis habilidades y talentos. Entiéndase bien, lo que quería que viera se limitaba a que yo era capaz de correr, alborotar y ser el líder de las tropelías y desmanes de mis compañeros. Yo tenía que ser ante sus ojos el más fuerte y el mejor. Así es que, con la complicidad de mis compañeros, que conocían mi presumida pretensión de conquista, me lancé a tan relevante menester desarrollando temerariamente mi ostentosa danza guerrera de seducción, siempre cerca de "Ella", pero sin mirarla, desde luego.

Sin embargo "sabía", no me pregunte como lo "sabía", pero "sabía" que me estaba mirando y redoblé osadamente la apuesta. Es así como corrí como el rayo, salté como una gacela y alboroté como mil monos incentivando y capitaneando a mis compinches. Desdichadamente la fatalidad, ¡Ah, los niños también tienen destinos fatales que afrontar!, me jugó una terrible mala pasada. Habían lavado el patio con aserrín y kerosene, y yo, que estaba corriendo como un galgo, esquivando a mis compañeros como una anguila, y saltando como una liebre, resbalé, volé por el aire, y caí al piso pesadamente. El golpe fue tan espectacular como mi dolor y mi vergüenza. Todos los "Ellos" y todas las "Ellas" rieron a carcajadas. Se rieron de mí... ¡Ella se rió de mí! Yo también intente reír, tratando de disimular estoicamente mi humillación, pero mi risa se transformó lentamente en un rictus de dolor y sin poder evitarlo hice algo que me marcó para el resto de mi vida: ¡lloré! ¡Expresé mi dolor físico, mi sensibilidad y mi vergüenza, y lloré!... y todos rieron aun más".

"¿Imagina otra situación más trágica que hacer el ridículo frente a su amada y perder la dignidad frente a su tribu? ¡Trágame tierra, trágame, por favor, trágame rápido y silenciosamente!

En una situación así un niño se hace una pregunta desesperada: ¿Qué hacer? Porque ni una vez más podría tolerar semejante escarnio y vergüenza. ¿Qué hacer?;. ¡Ya sé!, se dice uno, ¡Tengo que aprender a ser fuerte y, pase lo que pase no llorar nunca más, no importa cuanto duela! ¡Tampoco debo hacer nada si primero no estoy seguro de hacerlo perfectamente bien, pero perfectísimamente bien!. Si, **la solución era mostrarse Fuerte y Ser Perfecto.**

"Y así tomé decisiones que jamás imaginé que se agazaparían en lo más profundo de mi ser por el resto de mi vida, exigiéndome transformarme en una deformada versión de un superhumano. Detrás de esa pretensión casi sobrehumana, ser fuerte y ser perfecto, me refugié para encubrir mi incipiente sensación de inferioridad, el temor al ridículo, y el temor a equivocarme. ¡No te expongas, no te arriesgues, no hagas el ridículo!"

"Si no haces el ridículo, si temes equivocarte, adiós aprendizaje, adiós crecer. Si no te expones y expresas tus sentimientos, adiós relaciones, adiós intimidad, adiós amada mía. Ese día, es muy probable que ese día, dejé de mostrar mi sensibilidad y no me arriesgué más. No corrí más por el patio de la escuela. Fui por la vida en puntas de pie, cuidando de no volver a resbalarme y que se rieran de mí. Es así como comencé a desconfiar de mis propios pies".

SÉPTIMA REGLA

Subestímese. Para llevar adelante con éxito esta regla usted debe conocer, aunque sea a grandes rasgos, el mecanismo a partir del cual se originan y se expresan las actitudes y comportamientos de un simple y común mortal como usted o yo. Es un simple mecanismo de estímulo/ respuesta. El estímulo se inicia en el individuo, es captado por el medio ambiente que responde alimentando al estimulo que le dio origen. Es un típico sistema de feedback, de retroalimentación o retroinformación. En lo que a conductas se refiere el ser humano es un mecanismo cibernético. Usted es el estímulo y la vida, la gente, y el mundo le dan respuestas coherentes con el estimulo que usted a enviado.

Cuando somos niños este mecanismo está abierto para recibir información y recopilar datos del entorno familiar. Estos datos son acopiados fundamentalmente en casa y en la escuela, a través de procesos tan simples y efectivos como son la domesticación, el amaestramiento y la educación. En la domesticación aprendemos las costumbres de la casa. El amaestramiento puede ser más impactante porque absorbemos las grandes reglas o preceptos de la familia que, en general, están precedidas por dos reglas sagradas:

- Primera regla sagrada: Las reglas no se discuten.

-Segunda regla sagrada: Es obligación amar a papá y a mamá.

Hay padres que no merecerían ser amados. Disculpe este párrafo tan duro, pero tiene que ver con la subestimación. Muchas veces la subestimación se origina en la culpa que arrastramos desde niños por no haber sido como a papá y a mamá les hubiera gustado que fuéramos. Un niño tiene la tendencia a ocultar esas partes de él que no son aceptadas o criticadas por los padres. Una mirada o un comentario negativo es suficiente para que el niño se fragmente en pedazos. Pedazos que puede manifestar y pedazos que debe ocultar.

Muchos niños son humillados por no ser a gusto de los padres. Son castigados y avergonzados una y otra vez. Un niño tratado así siente que no vale y, como resultado del trato recibido, desarrolla un sentimiento bivalente respecto a sus padres, de odio/amor. Hace enormes esfuerzos por agradar y amar, pero se siente terriblemente culpable por sentir lo que siente. Es pecado no querer a los padres. Esta es una situación imposible. No se puede amar a quien lo maltrata. Pero es tan terrible la idea de no amar a los padres que la única solución para un niño es llegar a la espantosa conclusión de que hay algo malo en él. Guarda este conflictivo sentimiento de amor/odio como un terrible secreto, se culpa a sí mismo y se castiga el resto de su vida sintiéndose menos, indigno y no merecedor del amor. Le presento a la **subestimación.**

Los niños y los adultos mienten no porque les divierta, sino porque temen el castigo. Quieren alejar el daño de ellos. El daño consiste en el despojo del amor. Y este miedo a ser despojado del amor es el motivo principal de las pequeñas o grandes mentiras, de las excusas y evasiones.

Pestalozzi

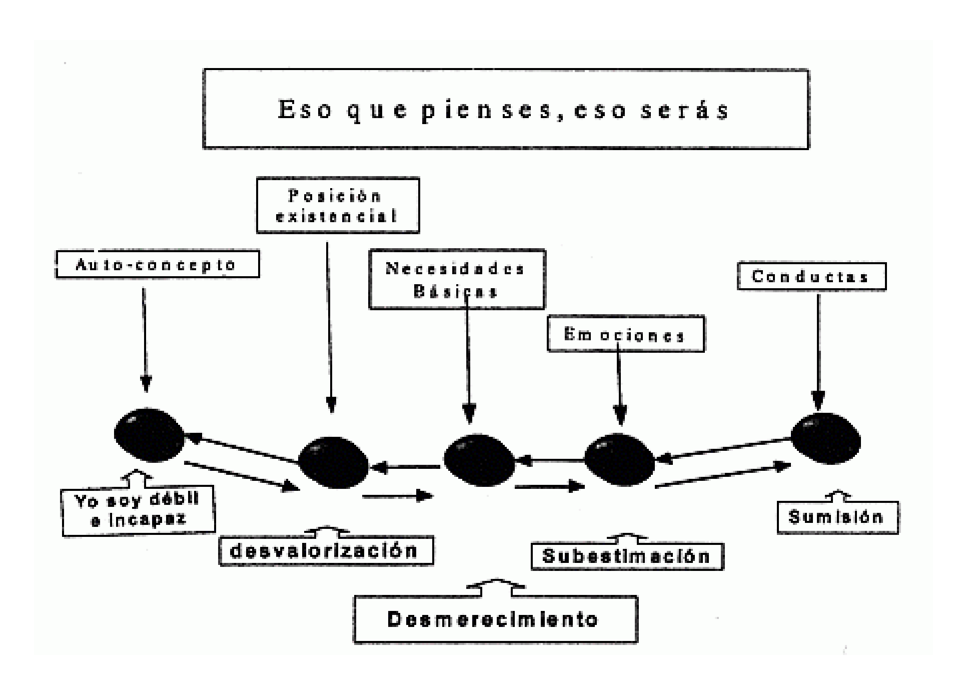
Lo más dramático de todo esto reside en que nada de esto es verdad, es una simple interpretación que ese infeliz niño está haciendo de sí mismo. Sin embargo, esta interpretación, como muchas otras que definen nuestra identidad, determina nuestro destino final como personas. Esta interpretación se transforma en una creencia sobre uno mismo. Una creencia no es más que una idea cargada de un enorme poder emocional. Algo casi desopilante es que el poder de esta creencia tiene una fuente única ¡Uno mismo!.

En la escuela aprendemos sobre nosotros socializando y comparándonos con los demás niños. Y por sobre todo uno se entera de lo que los compañeros y maestros opinan de uno. Y cuando uno ya viene con la auto-estima media desarmada desde la casa, imagine lo que puede suceder. Los niños le expresan a los niños su opinión personal de un modo honesto, eficiente, claro, cruel y sin reservas. No tratan de ser populares ni buenas personas que quieren gustar a todo el mundo. Un empujón, y todo esta claro.

Sigamos con este mecanismo. En un tiempo variable, que depende de las circunstancias que rodean a nuestra educación, este sistema acumula una enorme cantidad de información sobre la gente y uno mismo. Este sistema lentamente se cierra y a partir de ese momento se auto-alimenta a sí mismo, es decir, se hace auto-feedback. Casi nada de afuera puede ya modificarlo. Sólo podría ser alterado desde el interior y por decisión y voluntad de su propietario.

Este mecanismo está representado en la siguiente ilustración en la que se puede observar la interacción de cinco esferas que se chocan mutuamente entre sí en un vaivén de ida y vuelta. Cada esfera representa un paso del mecanismo de conformación de nuestra auto-imagen:

1-Auto-concepto,
2-Posición Existencial,
3-Necesidades,
4-Emociones,
5-Conducta.



Imaginemos el caso de ese niño con un auto-concepto disminuido.
La dinámica se desarrollaría del siguiente modo:

1.. Autoconcepto........................Yo soy débil e incapaz"
2.. Posición existencial ....Yo soy menos"
3..Necesidades..........................Yo no me merezco nada"
4.. Emociones............................Rabia, tristeza, culpa"
5.. Conducta ....Sumisión, rebeldía, etc.".

Este mecanismo de auto-alimentación o feedback del comportamiento funcionaría así en este caso de subestimación:

1. Cuando una persona tiene ya moldeado un **Auto-concepto** desvalorizado, es decir, lo que cree de sí mismo (Yo no valgo, no puedo, no sirvo, yo soy débil e incapaz, yo no soy querible, yo no lo merezco, etc.),
2. Elaborará una **Posición Existencial** frente al mundo que, de un modo u otro, expresará su auto-concepto. Aparece así la ***imagen,*** un personaje que diseñará secretamente para que lo represente. Esta imagen lo protegerá y lo ocultará simultáneamente del mundo. Le encomendará la dura tarea de asumir las actitudes y comportamientos que le permita sobrevivir. Con el tiempo, la máscara se convierte en el rostro y adoptará fisonomías contradictorias como la sumisión o la arrogancia, la resignación o la mansedumbre, la altanería o el desdén. Será un yo soy más o un yo soy menos respecto a los demás. En todo caso, sólo será una ilusión, una imagen que creará para preservarse y sobrevivir.
3. Esa **auto-imagen,** lo hará sentirse merecedor o indigno de dar satisfacción a sus **Necesidades Básicas.** En algunos casos se acostumbrará a vivir en la escasez y la penuria o, por el contrario, hará esfuerzos desesperados y desmedidos para llenar su vida de cosas materiales. Más y más cosas materiales, intentando atiborrar una identidad totalmente vaciada. Buscará el amor, la simpatía y el reconocimiento sobornando o comprándolo con el poder material.

"Las personas necesitan tener cada vez más de lo que realmente no desean"

4. Con todo esto lo que este individuo acumulará en la cuarta esfera son ocultas **Emociones negativas.** Estos sentimientos y sensaciones serán coherentes con ese veredicto interno de desmerecimiento (Tristeza, rabia, miedo, humillación, culpa, etc.),
5. Estas emociones, acumuladas en la cuarta esfera, son la energía que alimenta y da movimiento a la conducta que se dispara hacia el exterior en la quinta esfera. Las emociones son energía pura que crea movimiento. En este caso el movimiento se llama **Conducta, actitud.** Estas conductas serán congruentes con todo el proceso que las precedió. La auto-imagen adquiere movimiento, y siempre va por delante de la persona, la precede en todos lados, la anuncia, la denuncia y la deforma a la vista de los demás.

Las personas sólo son testigos de las conductas, y responderán de un modo coherente a ellas. Nuestra conducta es estímulo, la gente sólo responde. En este ejemplo, donde el auto-concepto es la desvalorización y la subestimación, la conducta estará caracterizada

por la pasividad, la parálisis, la agresión, la sumisión, la depresión, la ansiedad, etc. ¿Cómo cree que será la respuesta del medio ambiente a alguien que se muestra así?.

La gente sólo puede juzgar lo que usted hace, no las razones por las cuales usted hace lo que hace. La gente responde de un modo coherente a lo que ve, siente y experimenta en la relación. Muchas veces caemos en la trampa de ***juzgarnos a nosotros mismos por lo que creemos que somos capaces de hacer, mientras la gente nos juzga por lo que hicimos.*** Nosotros nos juzgamos por las **Intenciones,** la gente nos juzga por los **Resultados.**

Las personas que se subestiman generalmente ocultan sus sentimientos de inferioridad detrás de muchos otras capas de sentimientos y conductas, escamoteando celosamente a los demás su miseria interior. Son verdaderos constipados emocionales.

Estos sufridos humanos han perdido el sentido del humor y sufren los típicos síntomas del **SADA** (Síndrome de Alegría Deficiente Adquirida). En los estadíos finales, los portadores de SADA padecen una condición llamada **EST** (Estado de Seriedad Terminal), que es evidente por la falta de la sonrisa en los labios, la ausencia de brillo en los ojos, los hombros caídos y la mirada fija en el piso.

. Esto aparenta ser divertido e ingenioso como juego de palabras pero en la vida real no lo es en absoluto. Sabemos que el SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida) le quita cantidad de tiempo a la vida. El SADA (Síndrome de Alegría Deficiente adquirida) le quita calidad de vida a la vida.

Si no tiene sentido del humor, usted no se quiere bien. No se quiere bien porque no aprendió a reírse de usted mismo. Se da demasiada importancia. La risa es el modo compasivo y amable de ver nuestras limitaciones y comprenderlas y perdonarlas. La risa es el antídoto contra nuestra propia cobardía. Nos hace humanos. Si no aprende a aceptarse a usted mismo, sea quien usted sea, no tendrá ninguna posibilidad de mejorarse.

Las personas que se subestiman forman el sombrío ejército de las **víctimas.** Personajes desdichados y opacos que deambulan por la vida generando a su alrededor una legión de culpables, culpables cuya única culpa es tener a una víctima cerca. Los arruinadores de su propia vida y vidas ajenas son **VÍCTIMAS** por excelencia, no las verdaderas y auténticas víctimas, las que padecen hambre o la crueldad humana.

Estas víctimas practican su propia victimización. Se victimizan a si mismas y culpan a los demás. Nada les basta, son exigentes, quisquillosas, insaciables y voraces. Los Arruinadores se convierten en consumados extorsionadores de caricias. ¡Son como una mafia!, sobornan, amenazan y culpan para lograr lo que creen que no pueden conseguir desde su autenticidad. Su subestimación se lo impide. Temen mostrarse auténticamente porque creen que serán rechazados. Su modo de extorsionar es la culpa. Hacen sentir culpable a los que no les dan. Y si se les dan, nunca es suficiente. Para protegerse de ellos hay que pagarles. Es igual que la mafia. Hay que pagarles con caricias de todo tipo, para que no nos rompan los vidrios o nos incendien la vida con su peculiar manera de hacer responsables a otros por sus desgracias.

Ya lo ve, mediante este simple y eficaz mecanismo cibernético **creamos nuestra propia realidad, creamos a los seres que nos rodean, ¡y les enseñamos cómo queremos ser tratados!.**

¡Adelante! ¡Subestímese! ¡Denígrese! Si usted da una imagen desvalorizada y tiene una conducta desvalorizada debe saber que le está enseñando a la gente como quiere ser tratado. Así que ahora, que conoce este maravilloso mecanismo cibernético de auto-

feedback, muéstrele al mundo lo que usted piensa de usted y ellos simplemente se lo confirmarán.

La subestimación tiene unos cuantos beneficios secundarios, premios automáticos, recompensas nada despreciables que derivan de un encadenamiento de eventos:

1º. Uno no confía en uno mismo, por lo que
2º. Cada vez se exige menos, en consecuencia
3º. Cada vez se hace promesas más pequeñas.
4º. Los demás no confían en uno, por lo que
5º. Cada vez nos exigen menos. **Fin del ciclo**
6º. ¡Acabamos de lograr el premio!: No nos comprometemos con casi nada, y la gente ya no nos pide casi nada. ¡Bingo!

El mejor modo de no asumir riesgos es no comprometerse. El mejor modo de no comprometerse es subestimarse y sentirse incapaz de llevar adelante una promesa, tanto con uno mismo como con los demás. Piense que los demás lo harán mejor que usted y entréguele la vida a los demás. Sea un simple actor de reparto en el escenario de su propia vida.

El mundo está dividido en dos clases de personas,
las que esperan que el futuro ocurra,
y las que deciden construirlo.

MANZANAS

Era una escuela típica de campo. Una gran casona llena de galerías y enredaderas, con un gran parque y una gran quinta con árboles frutales. Era una escuela privada que tenía una directora, una maestra, una celadora, y una dueña. Sí, tal como lo digo, todas ellas comprendida por una sola persona, la maestra. La maestra-celadora-directora-dueña era la única protagonista que tenía esta extraña escuela que tenía también un solo aula. Era un gran salón, con grandes mesas, y las paredes estaban cubiertas de pizarrones en las cuatro paredes.

Esta versátil maestra nos enseñaba a todos al mismo tiempo. Desde los que aun no sabían ni agarrar un lápiz hasta los de "sexto". Iba explicando, escribiendo cada conocimiento y cada tarea a realizar, pizarrón por pizarrón, grupo por grupo. Para mí era tremendamente excitante y divertido ser el destinatario involuntario de todo tipo de sabiduría. No había tiempo para aburrirse, todo era fascinante. Esta modalidad obligaba a que todos aprendiéramos cosas nuevas todos los días, y que todos repasáramos lo ya aprendido todos los días.

Aprender a leer y escribir venía junto con multiplicar, dividir sumar y restar, o Colón, o San Martín, o geografía de América del Sur, o historia Argentina, o gramática y verbos. Todo se mezclaba y bailaba frente a mis ojos maravillados El mundo no estaba fragmentado en pedazos desconectados. Era todo una sola cosa. Entendiera o no entendiera lo que la maestra estaba enseñando, iba aprendiendo que el mundo era algo diverso, entretenido y lleno de cosas curiosas. La información era para todos. No había secretos. No había grandes ni chicos. Los pequeños nos equivocábamos. Los grandes se equivocaban. Todos nos equivocábamos delante de todos. Nadie era mejor, o más inteligente. No había otra alternativa que estar atento, o en un instante te perdías algo fantástico de este mundo fantástico. En cierto modo la escuela era como un parque de diversiones.

Esta maestra que tuve en la escuela primaria jamás puso una nota. No calificaba con números, o con suficientes o insuficientes, o con muy bien felicitado o esmérate más. Cuando cualquiera presentaba los deberes o pasaba al frente la meta y el desafío era otro: ***Manzanas.*** Sí, manzanas. Manzanas rojas, dulces y jugosas.

En el parque de la gran quinta había muchos árboles frutales. Sobre todo manzanas. Cuando alguien terminaba de presentar sus deberes o daba la lección, la maestra hacía un breve silencio. Todo el aula quedaba en animación suspendida por unos segundos. El veredicto iba a ser anunciado. Y ella podía decir: "Bien, (o muy bien), en el próximo recreo puedes ir a buscar fruta a la quinta" ¡Eso significaba que la prueba había sido superada!. O decía en voz muy baja, para no humillar: "Siéntate, yo sé que puedes hacerlo mejor".

En el recreo podíamos ir a buscar nuestro premio. ¿Se imagina el orgullo de ir a la quinta a sacar la fruta?. Nadie nos controlaba, nuestro honor era la única garantía. La maestra nos decía que decidiéramos la cantidad que creíamos merecer. Nos estaba enseñando a auto-valorar nuestro trabajo. La pista para la cantidad nos la daba ella con sus "Bien" o "Muy Bien", que significaban una o dos manzanas, no más. Cuando hacíamos bien la tarea nos premiaba. Cuando no la hacíamos bien, simplemente no había premio. Hubo veces en que más de uno se negó a aceptar una fruta porque consideraba que no se la merecía. Ella pretendía premiar el esfuerzo y la intención, pero también nos había enseñado que lo que valen son los resultados. Una manzana era un resultado. Y un resultado debía ser el producto de nuestro trabajo. Nadie se atrevía a andar deambulando por el patio mordiendo una manzana sin estar convencido que se la

merecía. Llegamos a ser tan exigentes como la maestra. De este modo mi maestra exaltaba y apreciaba las capacidades y esfuerzos, y nosotros a obtener resultados.

El primer día que volví de la escuela mi madre miró mi cuaderno para saber lo que había hecho y si había algún informe o calificación y se sorprendió al no ver nada. Yo le tuve que aclarar que mi maestra tenía esa extraña y dulce manera de calificar. Mi madre fue aprendiendo a preguntarme: ¿Cuánta fruta te ganaste hoy?". No sabe la alegría que me dio el día que displicentemente le dije. "Dos manzanas. Aprendí a escribir bien ma-má y pa-pá".

Mi maestra me enseñó a esmerarme más para lograr las cosas pequeñas que están al alcance de la mano y se pueden disfrutar que a acumular los fríos números que sólo se pueden contabilizar. Aprendí que los niños, (y también los adultos) funcionan mucho mejor cuando les reconocen sus esfuerzos que cuando sólo le critican los errores.

Por otra parte, los triunfos y los fracasos eran míos, yo tenia que hacerme responsable de anunciarlos en mi casa. Y nunca mentí. Nuestra palabra era nuestro orgullo. No era necesario mentir. Aprendí el valor de la palabra. A nadie le preocupaba demasiado si la fruta quedaba colgada del árbol porque no se la había ganado ese día. Uno sabía que estaba allí. Al día siguiente uno podía probar otra vez. En la escuela de mi infancia siempre hubo manzanas disponibles. Si no conseguías una fruta, era porque estabas aprendiendo, cuando te la ganabas, era porque habías aprendido. Simple, aprendí a obtener resultados, resultados, resultados: Manzanas, Manzanas, Manzanas.

Quiero contarle que todos los viernes, antes de irnos a casa, la maestra traía una canasta llena de manzanas y nos daba a todos por igual. Allí comprendí que ella estaba reconociendo nuestro esfuerzo por aprender. No importaba si aun no lo habíamos logrado. Para ella era importante recompensar nuestro empeño. Para nosotros era todavía más importante que ella nos lo reconociera. Allí aprendí sobre la compasión y el verdadero amor de los que son auténticos maestros.

¡Gracias, Señorita Maestra!

Sus manzanas eran las más ricas que probé en mi vida. No sé por qué, pero cada vez que hoy hago algo que me llena de orgullo, me dan unas ganas bárbaras de agarrar una manzana, lustrarla bien contra mi pecho y comérmela sentado mirando el cielo, y pensando en mi próximo desafío para ganarme otra manzana.

OCTAVA REGLA

Si buscas una mano dispuesta a ayudarte, la encontrarás al final de tu brazo.

No Cumpla con su Palabra. Esta regla es muuuuy simple de cumplir. Una cosa que hace la diferencia en la vida de las personas es el cumplimiento de la palabra, la promesa, el compromiso, el pacto.

Dar la palabra, cumplir la palabra.
Dar la palabra, romper la palabra.

Eso es todo, y nada menos. Si usted se arruinó la vida, o se la está arruinando continuamente, observe el proceso en detalle y verá que todo se resume a eso. Usted está cumpliendo o no la palabra que ha dado. Lamentablemente a la persona que más le fallamos, a la que con más frecuencia traicionamos es a nosotros mismos. Cuando le hacemos promesas a los demás las cumplimos entre el 60 y 90 % de las veces. Cuando nos las hacemos a nosotros mismos el promedio a duras penas oscila entre el 30 y el 60 %. Con el tiempo, llegamos a ser la persona a la cual más le debemos en el mundo.

Nuestro éxito como personas está en relación directa con el promedio de cumplimiento de nuestros compromisos. La promesa y su cumplimiento es la esencia de una conducta responsable. Como verá esta regla de no cumplir con la palabra es muy fácil de realizar y sus consecuencias son demoledoras.

Haga premeditadamente promesas que usted sabe que no va a cumplir. Comprométase descaradamente a hacer cambios de conducta, a proveer soluciones o aportar recursos. Hágalo, y luego desaparezca sin dejar rastros. Cuando reaparezca, no se justifique, no se disculpe. Dedíquese al deporte favorito de los arruinadores: Invente historias y trate que los destinatarios de sus promesas incumplidas acepten esas bochornosas historias pretendiendo que ellos le den a sus justificativos el mismo valor que tendría el resultado que usted no puede mostrar. Si no puede mostrar resultados, venda razones. Intente que la gente siga confiando en usted a pesar de su pésima reputación, Siempre hay culpables para nuestra incompetencia, así que recurra a ellos para lavar su deshonra. Culpe a las circunstancias, a la gente, no se disculpe.

La confianza es un crédito de fe que la gente nos otorga a futuro. Significa que nos permite acercarnos a ellos para ser observado en nuestras conductas. La confianza no se compra ni se regala. Es un proceso que se va gestando en la relación como consecuencia de dos actitudes**:** ***la honestidad emocional y el cumplimiento de la palabra****.* La honestidad es la capacidad de exponernos, mostramos en nuestra autenticidad: honestidad tiene la misma raíz que honor y honrar. La conducta honesta es aquella que nos permite ***expresar nuestros sentimientos y defender nuestros derechos sin violar los sentimientos y los derechos de los demás****.* Una persona que cumple la palabra es predecible porque es honesta y auténtica. Uno sabe en qué se puede contar con ella. Cuando cumplimos la palabra dada, vamos acumulando cada vez más crédito en el banco de la fe que la gente deposita en nosotros. La vida es razones o resultados. Los resultados son la consecuencia de haber honrado nuestra palabra. Las razones son la cáscara vacía de resultados que pretendemos que la gente acepte como sustituto.

Hay dos tipos de promesas.

1. Las Promesas Suicidas
2. Las Promesas Asesinas.

Las promesas suicidas son las que nos hacemos a nosotros mismos sabiendo que no las vamos a cumplir. Las promesas asesinas son las que les hacemos a los demás, para aliviar alguna situación, o ganar su momentánea aceptación, sabiendo que no las vamos a cumplir. Cuando usted da la palabra y no la cumple está enviando simultáneamente dos mensajes: El primero es que los demás no importan lo suficiente como para que usted haga honor a su palabra y el segundo mensaje se refiere a la poca importancia que usted le da a lo que es capaz de hacer por los demás. Es un carnaval de subestimaciones. Dar la palabra no es hacer lo mejor posible, es hacer lo que uno dijo que iba a hacer. Una persona responsable da la palabra y la cumple por el sólo hecho de haberla dado. Usted sea como un barrilete sin cola, que nunca se sepa si se elevará y cuándo, cómo y dónde va a caer. Sea una ruleta rusa, cargue el arma con promesas sin pólvora y vaya asesinando las relaciones, destruyendo la confianza.

> *"Se puede engañar a algunos todo el tiempo, y a todos algún tiempo, pero no se puede engañar a todos todo el tiempo*
>
> *Abraham Lincoln*

NOVENA REGLA

Sea indisciplinado y desordenado. El ser humano está condenado desde que nace. Creo que la condenación que le voy a presentar debe ser otro pecado original menos publicitado pero no menos dramático.

Tenemos la capacidad de crear y/o destruir. Ambas capacidades interaccionan entre sí. Esto es así porque crear algo nuevo casi siempre implica destruir algo viejo. Ambos recursos forman parte del proceso de **transformación.** Para tener el coraje y la habilidad de sortear el proceso de transformación estamos dotados de dos recursos, la **confianza** y la **adaptabilidad.**

La palabra transformación significa: ir más allá de la forma. ¿Cómo podemos ir más allá de las formas? Poseemos la habilidad de **soñar.** Cuando soñamos nos desprendemos de las formas físicas y jugamos con la imaginación. La palabra imaginación deriva de "Magia". El ser humano es un ser mágico, porque es capaz de crear, es decir, hacer aparecer, y es capaz de destruir, es decir, de hacer desaparecer. Es capaz de hacer visible en la realidad lo que es invisible en su imaginación. Por otro lado, la **adaptabilidad** nos da la flexibilidad de amoldarnos a los cambios que nosotros mismos provocamos en nuestra vida al transformar nuestros sueños en realidad.

Soñar es el substrato de la creación. Si no soñamos estamos condenados a repetirnos a nosotros mismos una y otra vez. El puente entre un sueño y la realidad es el **compromiso.** El compromiso es la capacidad de persistir en el esfuerzo y mantener una **disciplina.** Es dar la palabra y cumplir la palabra dada. La disciplina cierra la brecha entre el sueño y la realidad.

La adaptación nos permite restablecer el equilibrio en nuestras vidas, luego de haber destruido lo viejo y creado lo nuevo. Cuando hemos transformado el sueño en realidad aparece en nuestra vida un nuevo balance de fuerzas que debemos equilibrar y adaptaciones personales que hacer. Hay personas que no crecen a la par de sus sueños realizados. Siguen siendo las mismas personas de siempre. No se pudieron adaptar a sus propias realizaciones. En el camino a la realización de un sueño debemos aprender a ser esa clase de persona que puede hacerse responsable de ese sueño hecho realidad. Si no logramos esto, seremos aplastados por nuestras propias realizaciones. Hay muchos ejemplos de grandes ídolos de multitudes que no pudieron con su éxito y se destruyeron.

La condenación que le anticipé consiste en que si usted nació dotado con dones, está condenado a expresarlos. Expresar auténticamente nuestros dones nos hace felices y construye valor para nosotros y los demás. Podemos hacer nuestro regalo al mundo. Si no lo hacemos seremos infelices. Para expresar un don o talento, para hacer realidad un sueño, es necesario **desarrollar habilidades** y **superar vicios,** y para eso se requiere disciplina.

Disciplina es hacer tantas veces algo, de tantos modos diferentes, hasta lograr el objetivo. Es ser inflexible con la meta y flexible con los métodos. Disciplina es hacer, ni una vez más ni una vez menos, lo que sea necesario hasta lograr nuestra meta. Disciplina no es hacer lo mejor posible, es hacer lo que uno dijo que iba a hacer, por el sólo hecho de haberlo dicho.

Disciplina es un compromiso con nosotros mismos, no con los demás.

Aclarado esto, me referiré al estricto cumplimiento de esta demoledora regla: **Ser indisciplinado, desordenado e impredecible.** Esta regla no tiene identidad propia. Para ser activada debe ser combinada con la **Postergación** y la **Subestimación.**

Indisciplina, Postergación y Subestimación son los Tres Chiflados de nuestra vida. Moe, Larry y Curly nos ponen el pie para hacemos caer, nos empujan para que nos desviemos de nuestro curso, nos critican en todo momento, van arrastrándonos peligrosamente por la vida, atropellándose con todo, soportando y propinándose

mutuamente cachetadas y pellizcones. Los Tres Chiflados nos atormentan todos los días con sus torpezas y crueldades, con su desorden y sus actitudes impredecibles. Se descalifican y denigran mutuamente lanzándose a la cara como si fueran tortas, nuestras posibilidades y nuestros proyectos, sin ninguna consideración.

Las personas que no se avienen a soportar la carga de la disciplina, y aceptan el desorden, la subestimación y la postergación deberán soportar la carga del **Arrepentimiento.**

¿Cuántas veces miramos hacia atrás en nuestra vida y nos damos cuenta que si hubiéramos sido consecuentes con la disciplina ya habríamos conseguido algo que hoy lamentamos no poseer? ¿No es verdad que al mirar hacia el pasado nos damos cuenta lo que podríamos haber hecho si hubiéramos sostenido el esfuerzo y hubiéramos sido persistentes? ¿No descubrimos las toneladas que hoy nos pesa el arrepentimiento comparado con los gramos que hubiera pesado la disciplina?

Pero no se preocupe, Dios es piadoso, ¿No es maravilloso que estemos dotados con la Resignación y el Conformismo para aliviar nuestro arrepentimiento y nuestra culpa? De otro modo nos estaríamos golpeando la cabeza contra la pared.

Es cierto, estamos condenados, **Disciplina o Arrepentimiento.**

¿Quiere un buen fracaso? Deje entrar a su vida a los Tres Chiflados y déjelos hacer sus travesuras. **Indisciplina, Postergación y Subestimación** no lo defraudarán.

LA CAJA DE LÁPICES DE COLORES

En mi infancia había dos cosas que quería tener: una bicicleta y, por sobre todas las cosas, una caja con lápices de colores.

¿Recuerda lo que era una de esas cajas? ¿Habrá deseado usted tan fervientemente como yo tener una? ¿Habrá sentido lo mismo que sentí yo la primera vez que vi ese mágico despliegue de agudas puntas de colores imitando un perfecto arco iris, asomando de una celosa caja de hojalata o a través de una veleidosa ventanita en la caja de cartón?.

Si alguna vez tuvo una de esas cajas de lápices de colores, ¿Recuerda la sensación de sacar uno de esos lápices? ¿No lo hacía con reverencia, solemnidad y respeto? Cada lápiz era como una varita mágica. ¡Eso es! Una caja de lápices de colores era como una caja de varitas mágicas. No hubo algo que me haya cortado la respiración y quitado el sueño más que cuando mi compañero de banco sacó de su portafolio una increíble y mágica caja de lápices de colores. No sabía que podía haber tantos colores. Me fascinaba la misteriosa secuencia de esos colores, desplegándose armoniosamente ante mis ojos codiciosos y anhelantes.

Aprendí unas cuantas cosas sobre la vida y la condición humana a partir de esa caja de lápices de colores. Tuve las primeras experiencias internas sobre intensos sentimientos desconocidos para mí hasta entonces. Supe de la envidia, la diferencia de clases, la codicia, la humillación y la avaricia. Con desolación aprendí a reconocer y a ocultar esos tormentosos sentimientos detrás de una sonrisa o la mentirosa indiferencia. Dolorosamente aprendí sobre desear lo que otro posee y mirarlo ávidamente de reojo. ¿Puede ser que usted también haya sentido el sufrimiento de desear algo y saber que pedirlo era la confirmación de una dependencia que nuestro pequeño orgullo se rebelaba a tolerar?

Aprendí que podía pedir prestada ciertas cosas, pero jamás mi compañero de banco me prestaría ni un solo lápiz de esa caja de lápices de colores, o lo haría de un modo tan condicionado y mezquino que mi dignidad se vería profundamente abollada. ¿Cuáles podrían ser las nefastas consecuencias de prestarme algunos lápices de colores? Realmente no lograba entenderlo, pero más tarde lo supe.

Finalmente, y luego de mucho desear y, por recomendación de mi madre, le escribí una desconsolada carta a los Tres Reyes Magos con lo que pude ser el dueño y señor de una modesta caja de lápices de colores. ¡Qué maravilla!, abrir esa caja y volcar esos lápices sobre la mesa fue como abrir las puertas de un mundo mágico. No quiera saber como mi autoestima se elevó hasta el infinito. ¡Ahora era libre, era rico, era independiente de mis compañeros! Había superado las diferencias de clases, ahora tenía el mismo poder. Descubrí la miserable condición de ser alguien si tenés cosas.

Ya dueño de los lápices descubrí dos caras ocultas de mí mismo. Al bueno y al malo, al héroe y al villano, a la bella y la bestia.

Por un lado hice algo que me había prometido que "jamás" haría: caí en la trampa de la codicia, la envidia y la avaricia (porque yo tampoco prestaba mis lápices de colores). Por otro lado aprendí a soñar despierto. Mi entusiasmo, pasión y creatividad volaron hasta las nubes. Imaginaba, soñaba y dibujaba, y volvía a soñar y a dibujar. A veces soñaba pintando. Otras veces pintaba soñando. Mi imaginación era inagotable.

Todo marchó bien por un tiempo hasta que algo horrible empezó a suceder. Algo que fue ocurriendo lentamente y me hizo entender algunas otras cosas de la vida. No hay impunidad, todo se paga en la vida, hasta en la vida de los niños.

A medida que usaba mis preciosos lápices tenía que sacarle punta y es así que frente a mis ojos, y mi silenciosa desesperación, se fueron gastando y me fui quedando cada vez con lápices más pequeños. Para compensar esta irremediable condición comencé a hacer mis dibujos cada vez más pequeños, y por ende mis sueños, hasta que

inexorablemente sólo quedaron unos pequeños y casi inútiles muñones de colores a los cuales ya no se le podía sacar más punta. Nada es permanente, nada sigue igual. El tiempo pasa, las cosas cambian. Sin mis queridos lápices de colores sólo pude seguir soñando, y con el tiempo me fui olvidando de las formas, los contornos y los colores. Cuando solamente soñamos los sueños y no los dibujamos, o no los hacemos realidad, se van poniendo cada vez más pálidos. No pasó mucho tiempo en que olvidé de imaginar. Olvidé de soñar. No pinté más a la vida.

Hoy podría comprarme la mejor caja de lápices que pudieran ofrecerme. Hoy hay cajas aun más vistosas y variadas. Pero me acabo de dar cuenta de algo que me entristece. Hoy puedo comprarme esa caja de lápices pero me cuesta encontrar sueños para pintar. Me pregunto dónde quedaron los colores de mi imaginación, dónde están mis sueños para pintar. Peor aun, hoy hablo con mucha gente y compruebo que muchos tienen a sus sueños tirados en cualquier rincón, descoloridos y pálidos por falta de sol. Otros ya han perdido los sueños y no saben dónde los dejaron, y ya ni siquiera les importa, otros ya no los recuerdan, y algunos ya ni saben lo que es un sueño. Hoy nuestro mundo es de colores pálidos o lleno de grises y negros.

Hoy quisiera que cada uno de nosotros comprara una caja de lápices de colores y aprendiera a soñar otra vez. Me doy cuenta que cuando nos vamos haciendo viejos vamos achicando nuestros sueños, como si le estuviéramos sacando punta a la imaginación y se hubiera gastado, del mismo modo como se gastaron mis lápices de colores. Pero no se confunda, los sueños nunca se gastan, sólo van perdiendo el brillo y el color si no nos preocupamos de tener siempre una linda caja de lápices de colores, con sus puntas bien afiladas, y todos los días nos entretenemos, aunque sea un rato, pintándolos.

DÉCIMA REGLA

Renuncie a sus sueños. Sueñe y comprométase con sus sueños todos los días, pero no haga nada por hacerlos realidad. Sólo preocúpese de tener siempre buenas historias disponibles para explicarse a usted mismo y explicar a los demás por qué usted no hace lo que dijo que haría para hacerlos realidad.

Busque gente que haga lo mismo que usted para juntarse y quejarse de las "circunstancias" que les impide hacer realidad sus sueños. Intercámbiense historias, en un desinteresado proceso de cooperación entre "víctimas de las circunstancias". Recopile las razones más creíbles y aceptables que expliquen su postergación y parálisis. Debe saber que si las repite durante un tiempo terminará por creérselas.

Pero usted no puede simplemente decirse, "No voy a cumplir mis sueños, voy a renunciar a todos ellos" Usted tiene que encontrar razones para explicar semejante estupidez. Opere como una buena víctima y busque culpables. Por ejemplo, usted no puede estar controlando la vida de los demás para que hagan las cosas como deben ser hechas (Ser Controlador y autoritario) sin tener que renunciar a su propia vida y quitarle tiempo a sus aspiraciones. No se puede con todo. Usted debe intentar realizarse a través de los demás. Debe convencerlos que usted sabe lo que es mejor para ellos (Pretender saberlo todo). No permita que hagan cualquier cosa por más que les guste hacerlo. Después de todo usted tampoco las está haciendo, porque se está sacrificando por ellos (Postergue). No olvide de recriminarles todo lo que usted está haciendo por ellos (Experto crítico de los demás). Constantemente hábleles de sus propias aspiraciones y sueños para que sepan a qué está renunciando, el precio que usted está pagando por la felicidad de ellos.

Mate a sus sueños de chiquitos, no los deje crecer, porque cuando un sueño crece se pone molesto y obsesivo hasta el punto en que se transforma en una pesadilla. Hay muchos modos de matar a los sueños. Yo le recomiendo aplastarlos lentamente con el peso de las "circunstancias desfavorables" y luego le pega el tiro de gracia con un "Yo no me lo merezco". Haga una pequeña caja con buena madera obtenida de los frondosos árboles de la subestimación, desvalorización y desconfianza que usted cultivó durante muchos años, y entierre a sus sueños en el fondo del jardín.

Beneficios que obtiene matando a los sueños: No tiene que hacerse responsable de comprometerse con metas, proyectos u objetivos concretos. No tiene que correr riesgos y equivocarse. Puede ocultar su miedo a hacer lo que le conviene detrás de la típica frase: "Si no fuera por ellos".

Algún día podrá pasarles las facturas de mártir, "Con todo lo que yo hice por vos y ahora........ ¡Si no fuera por vos!".

Sí, renuncie a sus sueños, ocúpese de los demás, así no tiene que ocuparse de usted.

¿No es sublime esta regla? Se me pone la piel de gallina con sólo pensar en usarla. ¡Se puede hacer infeliz a tanta gente!

Todos tenemos guardada en nuestra mente la vida que querríamos hacer mientras hacemos la vida que podemos. ¿Usted está viviendo la vida que quiere o la vida que puede? La respuesta está en su corazón. Si está sintiendo lo que desea sentir, está viviendo la vida que quiere. ¿Está sintiendo la satisfacción, la alegría y el placer de estar vivo haciendo lo que le gusta? Si no es así esta regla está cumplida al pie de la letra. Felicitaciones.

De todos modos

(Escrito en el muro de una casa infantil de Calcuta)

Las personas son irrazonables, inconsecuentes y egoístas: ámalas, de todos modos.
Si haces el bien, te acusarán de tener oscuros motivos egoístas: haz el bien, de todos modos.
El bien que hagas hoy, será olvidado mañana: haz el bien, de todos modos.
La sinceridad y la franqueza te hacen vulnerable: se sincero y franco, de todos modos.
Lo que demoraste años en construir puede ser destruido en una noche: construye, de todos modos.
Alguien que necesita ayuda de verdad, puede atacarte si le ayudas: ayúdale, de todos modos.
Da al mundo lo mejor que tienes y te golpearán por ello: da al mundo lo mejor que tienes, de todos modos.

Dios conoce nuestras debilidades y nos ama... de todos modos

DECISIONES

"Recuerdo que un invierno mi padre necesitaba leña, así que buscó un árbol muerto y lo cortó. Pero luego, en la primavera, vio, desolado, que al tronco marchito de ese árbol le salieron brotes nuevos.

Mi padre dijo: "Estaba seguro de que ese árbol estaba muerto. Había perdido todas las hojas en el invierno. Hacía tanto frío, que las ramas se quebraban y caían como si no le quedara al viejo tronco ni una pizca de vida. Pero ahora advierto que aún alentaba la vida en aquel tronco".

Y volviéndose hacia mí, me aconsejó: "Nunca olvides esta importante lección. Jamás cortes un árbol en invierno. Jamás tomes una decisión negativa en tiempo adverso. Nunca tomes las más importantes decisiones cuando estés en tu peor estado de ánimo.

¡Espera!. Sé paciente. La tormenta pasará. Y recuerda que la Primavera volverá".

LOS TRES LLAMADOS DE ATENCIÓN

Creo que este capítulo le resultará llamativo e inquietante. Una de las preguntas que más me han hecho es, ¿Cómo hizo tu mujer para perdonarte? ¿Cómo te dejó volver? La respuesta no es sencilla, ni tampoco hay una sola respuesta.

¿Qué es perdonar? Perdonar no es olvidar, tampoco es condonar, eximir, conmutar o absolver. Tampoco es indultar ni borrar. No es amnistía ni punto final. La palabra **Perdonar** tiene un extraño significado etimológico: "Decidir no castigar, dar de todo corazón, regalar, donar".

El perdón y la compasión son la esencia del amor maduro. El amor maduro no pretende la perfección humana porque sabe que no es posible. El verdadero amor sabe de la falibilidad y la debilidad humana y sólo pretende comprender y armonizar las diferencias. Las diferencias son las que nos han atraído el uno al otro y las que también nos pueden separar. El amor es el arte de las diferencias. Si bien los intereses, los sueños y proyectos compartidos nos acercan, son las diferencias, el reconocimiento y el respeto de las diferencias lo que fortalece la relación humana. Si no compartimos las diferencias, olvidaremos nuestros comunes intereses. A veces es difícil aceptar las diferencias, pero podemos respetarlas. Sí, el amor es el arte de aprender a aceptar o respetar las diferencias. El amor es el universo de las alternativas.

Sin compasión ni perdón, no hay tolerancia, sin tolerancia no hay paciencia, sin paciencia no hay tiempo suficiente para que los intereses florezcan y las diferencias se acoplen. El amor debe soportar el paso del tiempo, el cambio de los intereses, las arrugas, los desplantes, los caprichos, las desilusiones, las traiciones y los desencantos. ¿Cómo puede soportar el amor semejantes embates? El perdón y la compasión son el secreto. Sin eso desaparece, se extingue. En una relación carente de compasión y perdón las diferencias son irreconciliables y los intereses se convierten en luchas de poder. Así sólo puede sobrevivir el amor espurio y fraudulento, posesivo, especulador, exigente, rencoroso y vengativo.

> "Si cerráis la puerta a todos los errores, también la verdad quedará afuera".
>
> R. Tagore

Cuando no se perdona se acumula indefinidamente rencor. El tormento del rencor es el doloroso castigo que sufren los que no saben perdonar. Lo padece el que no puede

soportar la imperfección del otro. Rencor significa "ranciedad" "oler mal". El rencor anida en el alma de la gente e incuba la venganza y la desolación. El rencor es inmune al olvido. El rencor oculta a la culpa. La culpa es rabia contra uno mismo por no haber sabido hacer mejor o no haber respetado la propia dignidad. El rencor carcome los cimientos de la autoestima. Cuando habla el rencor, los ángeles callan. El rencor es mezquino y egoísta. Desea lastimar y destruir. Su poder es tal que finalmente destruye al que pretende retenerlo. El rencor es rabia vieja y rancia, y como la rabia, es ciega.

El perdón es la mirada de Dios en nosotros. Es esa mirada magnánima, generosa y compasiva que advierte el dolor y el sufrimiento del otro en su intento de hacer su propio aprendizaje de vida. El perdón espera porque es sabio y es espléndido y desprendido porque es inmensamente rico en amor. Es también el modo de mirarse a uno mismo con compasión, perdonarse, y no maltratarse más.

El no-perdón es una de las estrategias más retorcidas que posee la víctima para no responsabilizarse de la participación que le cabe como coautor de su propia vida de relación. El rencor y la culpa siempre caminan juntos. La culpa señala y el rencor dispara su carga mortal. Si uno no perdona, queda atrapado en el pasado, y el pasado termina siendo el mejor refugio en el que esconderse para no tener que entenderse con el presente ni con el futuro.

Por eso hoy digo que creo que Elsa nunca me perdonó, porque posiblemente nunca me condenó. Ella comprendió mi dolor, el dolor que yo me estaba provocando a mí mismo para aprender. Cuando el amor es tan profundo, tan abarcador, busca el camino de la comprensión. En ese caso lo único que se puede hacer es confiar y seguir el camino ' esperando que el tiempo haga madurar la fruta, y esta caiga sola del árbol. Quiero aclararle que la fruta, el que tenía que caer del árbol era yo. Elsa siguió su camino, y cuando yo maduré y caí del árbol tuve que correr mucho y muy lejos para poder alcanzarla.

Ella me conocía muy bien y confió en mí desde siempre, ella sabía de mis valores. Pero es mucho más lo que confió en ella. Sabía el valor de lo que había sembrado. Sabía que hay temporadas en que las cosechas se pierden. Esperaba la siguiente temporada de siembra. Como buen granjero de la vida, miraba el cielo esperando los tiempos mejores, y aprendió a esperar. Tiempo para sembrar, tiempo para cosechar. Tiempo para hacer, tiempo para esperar.

Yo no me conocía tan bien. Ignoraba mi fragilidad. Hoy creo que más importante que saber donde uno es más fuerte, es saber dónde uno se quiebra más fácilmente, Allí reside la verdadera vitalidad de un individuo, cuando conoce las partes más sensibles y delicadas de sí mismo y aprende como restaurar las grietas y las fisuras que los golpes de la vida producen en esos lugares.

"El reconocimiento de un error entraña una nueva verdad"
Ortega y Gasset

Es evidente que ambos teníamos cosas que aprender. No sé si era necesario que aprendiéramos de ese modo tan dramático, pero lo fundamental es que aprendimos. Haber aprendido le dio sentido y un significado a todo ese caos. ¿Cómo aprendimos? Muy simple. 0 uno se la pasa rezongando y juntando rencor y no-perdón, o se hace la Gran Pregunta: ¿Qué grado de responsabilidad me cabe en este caos? ¿Qué es lo que tengo que aprender? Si estamos dispuestos a prestar atención, aprender las lecciones y ser honestos con nosotros mismos, nos sorprenderá encontrarnos con respuestas muy comprometidas. Siempre aparece una cuota de responsabilidad, y siempre tenemos algo importante que aprender. Siempre conviene, le aseguro que siempre conviene pretender que uno tuvo alguna responsabilidad y que algo tiene que aprender.

Cuando aceptamos nuestra ignorancia nos hacemos humildes, al hacernos humildes no discutimos los resultados evidentes de nuestras acciones, dejamos de culpar y, por sobre todo, evitamos que las lecciones se hagan aun más duras. Durante mucho tiempo yo me resistí a aceptar mis resultados, a rendirme a los hechos, a entregarme al aprendizaje. Elsa hizo lo contrario, aceptó, entendió, aprendió. Se adaptó rápidamente al cambio, fue flexible y fue creativa. ¿Acaso alguien nos enseñó a ser padres, acaso alguien nos enseñó a ser pareja?

> *"Cuando el periodista le hizo la pregunta, ella se sonrió y se quedó callada por un instante. La pregunta era, ¿Cómo hizo para convivir con un hombre tan poderoso, carismático, famoso por su carácter enérgico y a veces hosco hasta lo insoportable? ¿Cómo vivió más de 50 años a su lado? No era una pregunta fácil de responder, Finalmente ella le contestó, "El día que él pidió mi mano le rogué que me diera un día para pensarlo. Ya lo conocía muy bien. Esa noche me senté a hacer la lista de lo que yo consideraba eran los diez peores defectos que ese hombre tenía y, si cada vez que él se apareciera con uno de esos peores defectos me podía decir a mí misma: ¡Ah, él es así! Y sentía que estaba dispuesta a dejárselos pasar, entonces me casaría con este hombre tan difícil y admirable".*
> *"Y ya ve, han pasado ya más de cincuenta años, hubo momentos difíciles para ambos, pero supimos superarlos, fuimos felices y una buena pareja".*
> *El periodista, curioso, le preguntó si aun recordaba la lista de los diez peores defectos que ese hombre tenía y que confeccionó esa noche. Ella volvió a sonreír, y le respondió, "Esa noche me senté dispuesta a hacer la lista, es verdad, pero nunca la hice. Me casé con él, y cada vez que se aparecía con uno de sus incontables defectos yo me decía: ¡Bah, él es así, y este debe ser uno de esos diez peores defectos que yo estaba dispuesta a no darle importancia!, Y se lo dejaba pasar. Me dediqué a admirar y reconocer sus dones y a aceptar su maravilloso y torpe modo de expresarme su amor".*

Una vez, una persona me habló de los **tres llamados de atención de la vida.** Me dijo algo así: "La vida tiene muchos modos de avisar que hay una lección preparada para uno. Son crisis para aprender que te están esperando, ellas no vienen a ti, las vas a buscar, atraviesas por ellas. Parece increíble, pero uno mismo se provoca las crisis, porque nadie más que uno sabe lo que tiene que aprender. Por exceso, por defecto, por presencia o por ausencia, provocas esa crisis que te exigirá crecer. Recuerda que crecer es desarrollar habilidades, expresar talentos, y superar vicios. La vida no es cruel, quiere que aprendas, no quiere destruirte. El hombre es capaz de destruir, no la vida. Pero, no te confundas, la vida a veces puede ser muy ruda si te le resistes. ¿Cómo es este fenómeno de los tres llamados de atención? Si miras hacia atrás en tu vida los verás claramente en muchas oportunidades en que te viste obligado a superar, confrontar, o soportar alguna circunstancia desafiante".

"El primer llamado de atención es como un suave golpe en la puerta con los nudillos de la mano. La vida sabe que estás dormido, aturdido y atontado, y no quiere despertarte bruscamente. Sólo quiere avisarte que es hora, que te levantes, y que vayas a la escuela de la vida, te dice delicadamente: 'Mario, tenemos una lección para vos.' Generalmente no escuchamos este primer llamado porque estamos ensordecidos por el ruido y el movimiento que hemos provocado a nuestro alrededor. La vida tiene paciencia y espera un tiempo limitándose a poner delante de nuestros ojos una y otra vez pequeñas señales y pistas que nos están indicando que algo sucederá, que una crisis se avecina. Cada tanto golpea suavemente la puerta, 'Mario, tenemos preparada una lección para vos'. Pero casi nunca escuchamos este primer llamado de atención, estamos muy preocupados

por nuestras preocupaciones. No importa, el gran maestro tiene todo el tiempo de nuestra vida para hacernos aprender la lección".

"Hay un momento en que estamos más preparados para aceptar el aprendizaje. Ya las cosas nos duelen, no estamos conformes, nuestro cuerpo emocional está recargado de sentimientos negativos y nuestra mente saturada de pensamientos paralizantes. Deseamos terminar con eso pero tenemos mucho miedo de hacerlo. A veces uno le tiene miedo a lo que más desea".

"En ese momento la vida se aparece con el segundo llamado. Ya no golpea suavemente a la puerta. Golpea violentamente, hace estremecer todo tu ser y grita: "¡Mario, tenemos una lección para vos!". Ahora uno escucha, se despierta, mira a su alrededor, ve lo que se ve, escucha lo que se escucha, siente lo que se siente, y se da cuenta. Lamentablemente darse cuenta es apenas el 10 % del proceso de aprendizaje. ¿Cuántas veces uno se da cuenta de muchas cosas pero decide no hacer nada, callarse la boca y esperar?, ¿Cuántas veces uno inventa excusas para postergar, dilatar, o fingir que uno no sabe? ¿Cuántas veces uno trata de solucionar nuevos dilemas con los mismos viejos métodos, haciendo más de lo mismo? Un poco mejor, un poco más, un poco diferente, pero siempre más de lo mismo, ¿Qué pasa cuando uno hace más de lo mismo?... ¡Ah, usted lo sabe!... ¿vio que lo sabe? Logra más de lo mismo".

"Cuando siempre haces lo mismo de siempre,
Lograrás siempre lo mismo de siempre".

"Con el segundo llamado ya no es broma. Lo escuchas. Uno se sorprende, se indigna, se enoja, pero lo escucha. Uno ya sabe que si sigue así algo le va a pasar. Como nos queremos resistir al cambio, y no queremos cambiar nosotros, sino que pretendemos y deseamos que las cosas cambien afuera, tratamos de sobornar a la vida, calmarla y le decimos cosas como "Te entendí, ya sé que tengo que cambiar, hacer tal cosa, o dejar de hacer tal otra, te prometo que a partir del lunes que viene... ahora debo terminar algunas cositas urgentes, pero te aseguro que etc., etc., etc.".

Y seguimos con las mismas torpezas, hábitos y actitudes... ¡Ah, pero eso sí!, un poco más, un poco mejor, un poco diferente".

"Bien, la vida espera un tiempo prudencial, todo parece volver a su curso. Hacemos un poco mejor, un poco más, un poco diferente de lo mismo. La vida se cansa. Aparece el gran tercer llamado de atención. Te rompe la puerta a patadas, te pasa una aplanadora por encima, te revolea unas cuantas veces por el aire y te vocifera. "¡¡Mario, aquí está tu lección!!"... y no te deja mover más de allí hasta que no aprendas. En esas circunstancias, y a veces sólo así, nos resignamos a sentarnos en el aula de la vida, nos callamos la boca, abrimos el libro y aprendemos la lección. Punto"

"No creas que todo termina allí. Luego viene la parte más interesante. La vida no sólo quiere saber si sabes. Quiere saber si sabes aplicar lo que sabes. Quiere que aprendas a usar lo que ya sabes. Te toma varios exámenes antes de dejarte seguir".

Así me lo explicó, y por lo menos para mí, funciona así. Esto significa que hoy estoy muy atento a los llamados de atención. Ya no quiero más aplanadoras pasando por mi dolorida humanidad.

Creo que a Elsa y a mí, nos pasó la aplanadora más grande que la vida tenía disponible. Cuando nos reencontrarnos ya no éramos las mismas personas. Tuvimos que aprender, experimentar, elegir, desechar, decidir, soportar, comprender, ir más allá de nuestros límites. Tuvimos que crecer. ¿Qué es crecer?

Crecer es aprender y olvidar. Es tomar entre nuestras manos las experiencias, asumir nuestra responsabilidad, aprender las lecciones, traerlas al presente, y luego olvidar. Siempre recuerdo algo que escribió David Harold Fink en su libro *"Release From Nervous Tension":*

"Aprender siempre implica olvidar y los que aprenden rápido son aquellos más aptos para olvidar cualquier cosa que interfiera en su proceso, El psicólogo sabe que hay leyes del olvido, así como hay leyes del aprendizaje, y que las dos están íntimamente relacionadas. Afortunado es aquel que ha hecho una práctica de vida de olvidar todo aquello que no corresponde a sus necesidades. Nunca abriga rencores. No desperdicia tiempo y energía en vanos pesares. La mujer de Lot desobedeció la prohibición divina de mirar hacia atrás y se convirtió en estatua de sal. Para ser feliz, uno debe aprender a no mirar hacia atrás, sino hacia delante. A mirar hacia arriba, en vez de hacerlo hacia abajo. En una palabra, la efectividad y el bienestar dependen de la habilidad de uno para vivir, aprender y olvidar".

La angustia y la ansiedad son el producto de la persistencia de los hábitos infantiles en la vida adulta. Las lecciones aprendidas no dan lugar al resentimiento. Las emociones negativas sólo pueden acomodarse en los terrenos baldíos que dejamos en nuestro crecimiento, y allí pueden crecer como maleza. No hay nadie que las cuide, ni tampoco quién las extirpe.

¿Pero ese era el único modo en el que Elsa y yo podíamos aprender? No, creo que no. Uno puede elegir el modo en que quiere aprender. Hay para todos los gustos. Con dolor, con conflicto, con amor, con sufrimiento, con alegría, con inteligencia, con intuición, más rápido, más lento. Más fácil, más difícil. El dolor es el modo más rápido de aprender. Pero se lo regalo, para mí ya es suficiente. ¿Cómo me perdonó?, Aprendiendo, Creciendo, y Olvidando. Es por eso que le resultará muy interesante un modo de aprender que aparece en el capítulo de "Las Cuatro Propuestas y las Cuatro Preguntas"

> "Lo confieso sin vergüenza, es necesario para mí que algún ser en el mundo sepa más o menos quién soy, y que a pesar de todo me ame; es necesario que acepte de mí todo lo conocido y lo desconocido".
>
> Francois Mauriac

LAS CUATRO PROPUESTAS Y LAS CUATRO PREGUNTAS

¿Quién no ha padecido una o varias "Crisis" en su vida? La palabra crisis etimológicamente significa: momento decisivo, situación inestable, punto decisivo, separar, decidir. Crisis significa conceptualmente un momento de decisión donde se separa el pasado del presente, se decide el futuro, y se corta con cualquier otra cosa que no sea llegar al objetivo propuesto.

Usted debe conocer las consecuencias de las crisis. Muchas veces las crisis y sólo las crisis nos despiertan de nuestro letargo. Sacan a la luz nuestros mejores o peores recursos, ponen de manifiesto nuestras limitaciones y nuestras insuficiencias o sacuden y desempolvan nuestras capacidades y dones olvidados, los cargan de energía desesperada y los ponen a marcha forzada. Y allí salimos disparados, con la torpeza típica de los que no han practicado esas competencias por mucho tiempo, asustados y sorprendidos haciendo lo inimaginable. Por supuesto, con la rabia e indignación de tener que hacer algo que no elegimos ni estábamos dispuestos a hacer.

"El que no obedece al timón, obedecerá al escollo.

Las crisis logran que hagamos lo que no estábamos dispuestos a hacer. Las benditas crisis logran que saltemos más lejos, corramos más rápido, volemos más alto, o por el contrario, que nos paralicemos, nos achiquemos y seamos aplastados por nuestra inexperiencia o falta de perseverancia. Cualquiera de estas cosas puede ocurrir, sobre todo, cuando las crisis son inesperadas. Las crisis nos pueden eyectar del pasado al futuro en un salto cuántico de aprendizaje y crecimiento o nos extingue como personas. ¿No es como demasiado peligroso azaroso permitirse este modo de ir por la vida, empujados por crisis fuera de nuestro control?

Hay algo que todas las crisis tienen en común, no importa si nos hacen madurar y transformarnos o nos hunden en el más profundo abismo de la desesperanza y el pesimismo: **Nunca resurgimos intactos de ellas.** Si no somos destruidos, salimos llenos de cicatrices, más veteranos, más curtidos, más sensibles, más sabios, más aguerridos y más prudentes. Las demandas de las crisis nunca son modestas: Cambio o extinción. Crecer o desaparecer.

La gente le teme a las crisis y haría cualquier cosa para evitarlas y mantener intacta la ilusión de seguridad y de invulnerabilidad. ¿Hay alguna otra posibilidad que no sea esperar y soportar las crisis? Las crisis muchas veces se pueden pronosticar, presagiar y vaticinar, **pero la idea que me interesa es que también se las puede provocar.** ¿Por qué este interés de provocar crisis?: Porque las crisis crean el contexto y la oportunidad, a veces único, donde aprender algo nuevo o transformarse en algo mejor. La crisis nos arranca de la **zona de seguridad** de nuestra vida y nos lanza **más allá de nuestros propios límites** y limitaciones. Es como en la naturaleza, todo parece quieto y estable por un tiempo hasta que de pronto estallan las presiones de cambio y crecimiento acumuladas. Las crisálidas estallan, los pimpollos estallan, los volcanes estallan, las olas estallan, los huevos estallan, la tierra estalla, las tormentas estallan... los conflictos estallan, las emociones estallan, el cuerpo estalla... y una nueva instancia aparece, una nueva vida ocurre, o un nuevo equilibrio se establece. A veces la crisis, el caos, es la única oportunidad de estallar y convertimos en la clase de persona que deseamos ser. La crisis, dejada a su merced suele ser un evento explosivo e imprevisible, un corte, una separación. Bajo nuestro dominio personal podría ser un proceso, un estado de decisión. En este caso la crisis es un arte, el arte de provocar y desplegar las crisis en el tiempo

para poder asimilarlas, entrar en un estado de **permanente aprendizaje,** y así llevarnos fluidamente hacia el futuro.

Estamos inexorablemente disparados hacia el futuro, hacia allí vamos querramos o no darnos cuenta, así que nos conviene disfrutar del viaje y no resistirnos. En caso contrario, las crisis estallan sin previo aviso lanzándonos brutalmente hacia adelante en procesos de aceleraciones y desaceleraciones convulsivas tremendamente riesgosas y de resultados inciertos.

Le contaré mi experiencia personal sobre cómo provocar un estado permanente de aprendizaje y de conciencia alerta. Un estado de tensión creativa. Estando cierto día dispuesto a acostarme para dormir, tomé conciencia, como muchas otras veces, de mi estado de inquietud y ansiedad. Esta vez decidí no dejarlo pasar por alto y distraerme sino que me pregunté cuál era la causa de este estado de ánimo, y cuáles eran los sentimientos implicados. No fue difícil encontrar la respuesta. Las sensaciones difusas de ansiedad e inquietud se convirtieron paulatinamente en sentimientos mucho más definidos de frustración, desilusión e insatisfacción con una causa bien concreta, la sensación de un día perdido. Remataba todo esto una sensación de fatalismo, el miedo a que al día siguiente todo se repitiera. Sí hay algo peor cuando algo malo ocurre, es que se repita.

Sí, este había sido un mal día, definitivamente un mal día, porque era un día perdido. Mi malestar provenía que había desperdiciado un día, 24 horas de mi vida. Un día irrecuperable, jamás habría de tener en día como ese. ¡Era el único día que estaba registrado en el almanaque de mi vida con esa fecha y ese año ¡Nunca más se repetiría este día! Un día perdido. Nadie me lo acreditaría al final. No hay ventanilla donde reclamar diciendo: "Disculpe, necesito otro 20 de junio de 1999, porque el que tenía lo perdí. No sé que pasó pero no lo usé. Se me pasó volando, y cuando me quise dar cuenta ya era el 21 de........ Perdón, ¿de qué me está hablando?"

La siguiente pregunta fue más desafinaste todavía. ¿Qué es lo que te hace decir que este es un día perdido? ¿Qué significa usar un día? La respuesta vino sin pensar. Un día usado es un día aprovechado. ¿Y qué significa aprovechar un día? Era muy importante dilucidarlo. Sí aprendía a aprovechar cada día, día tras día, acumularía una gran cantidad de días valiosos. ¡Eso, para aprovechar un día hay que hacerlo valioso. Crear valor en la vida es aprovechar un día. Hacerlo valioso es crear cosas de valor en ese día.

Inmediatamente me di cuenta de otra cosa: No estaba pensando en el futuro, estaba pensado solamente en un día. El futuro es realmente algo maravilloso, no hay que ir a buscarlo, viene a nosotros, y de un modo mesurado y elegante se nos echa encima ¡**A razón de un día por vez!** ¡Nunca más que un día por vez! Sólo podemos vivir de a un día por vez, sólo podemos ocuparnos de un día cada vez. ¿Por qué hay tanta gente que vive corriendo desesperada, aterrorizada, creyendo que cada día se les viene encima todo el futuro? ¿Por qué se preocupan por el futuro, si el futuro es impredecible? La idea es ocuparse de un día, tan sólo un día. El futuro es hoy.

El punto siguiente era saber qué hacer con ese día, ese único día. Un día no es todo el futuro, pero es parte del futuro. El futuro es cada día. Cada día es el futuro. El futuro es siempre hoy. Cada día es como una perla en un inmenso y valioso collar de perlas. Cada perla debe ser hermosa y armónica con las demás perlas. Una perla es valiosa por sí misma. Cada día es valioso por sí mismo. ¿Cómo podemos hacer de un día algo tan valioso como una perla?

> "Cuando se dominan las cosas pequeñas, las cosas grandes comienzan a hacerse posibles"

Aquí estaba la pista. Aprender a dominar las cosas pequeñas. ¿Qué cosas pequeñas se deben dominar en un día para que las cosas grandes se hagan posibles? Ganar un día, aprovechar el día. Darle valor a cada día, ¿cómo se hace? Me acordé de un poema:

No dejes que termine el día sin haber crecido un poco,
Sin haber sido feliz, sin haber aumentado tus sueños.
No te dejes vencer por el desaliento.
No permitas que nadie te quite el derecho a expresarte, que es casi un deber.
No abandones las ansias de hacer de tu vida algo extraordinario.
No dejes de creer que las palabras y las poesías sí pueden cambiar el mundo.
Pase lo que pase nuestra esencia está intacta.
Somos seres llenos de pasión.
La vida es desierto y oasis.
Nos derriba, nos lastima, nos enseña,
Nos convierte en protagonistas de nuestra propia historia. Aunque el viento sople en contra, la poderosa obra continúa:
Tú puedes aportar una estrofa.
No dejes nunca de soñar, porque en sueños es libre el hombre.
No caigas en el peor de los errores: el silencio.
La mayoría vive en un silencio espantoso.
No te resignes. Huye.
"Emito mis alaridos por los techos de este mundo", dice el poeta.
Valora la belleza de las cosas simples.
Se puede hacer bella poesía sobre pequeñas cosas,
Pero no podemos remar en contra de nosotros mismos.
Eso transforma la vida en un infierno
Disfruta del pánico que te provoca tener la vida por delante.
Vívela intensamente, sin mediocridad.
Piensa que en ti está el futuro y encara la tarea con orgullo y sin miedo.
Aprende de quienes puedan enseñarte.
Las experiencias de quienes nos precedieron de nuestros "poetas muertos", te ayudan a caminar por la vida
La sociedad de hoy somos nosotros
Los "poetas vivos"
No permitas que la vida te pase a ti sin que la vivas...

Walt Whitman
La Sociedad de Los Poetas Muertos

Este poema me despertó, *"No dejes que termine el día sin haber crecido un poco".* ¿Cómo se hace para crecer cada día un poco? Muchas respuestas vinieron a mi mente, pero sólo quedaron resonando cuatro en mi cabeza: **Aprender, Mejorar, Disfrutar, Contribuir.**

Si fuera realmente así, podía entender mi frustración, ese día no había aprendido nada nuevo, no había mejorado nada, no había disfrutado de nada, y mucho menos había contribuido en algo. Un único sentimiento reemplazó a todos los demás: el sentimiento de inutilidad. ¡Me sentí inútil!

El ser humano tiene dos necesidades básicas: **sentirse útil y sentirse amado.** Reconocí en ese momento que estaba en problemas. Nadie que se sienta inútil puede sentirse amado... ni por él mismo.

No aprendí nada nuevo que me hiciera mejor, no mejoré nada de lo que hay en mi vida y la hiciera más valiosa, no disfruté nada, con lo que seguramente no reí ni sentí regocijo o alegría, no contribuí al bienestar de nadie, no consolé, no inspiré, no alivié a nadie. Definitivamente este era un día arruinado, perdido y desahuciado. Era un día tirado a la basura. No, peor aún, cualquier cosa puede ser rescatada de la basura. Este era un día que se había ido por la cloaca. Adiós, kaput.

Debía hacer algo, debía aprovechar esta consternante comprobación y capitalizarla a través de una experiencia que me resultara dolorosamente inolvidable. Cloaca, Cloaca. Fui al baño, desenrollé un buen trozo de papel higiénico, lo doblé cuidadosamente hasta obtener un perfecto cuadrado y escribí la fecha, el año y mi nombre. Ceremoniosamente hice un bollo con ese papel y lo arrojé al inodoro. Observé como flotaba, como trágicamente se desplegaba mientras se iba empapando de agua. Pude aun leer mi nombre y mi día flotando en ese miserable lugar. Finalmente pulsé el botón y una bullente catarata de agua se llevó mí tan desperdiciado día hacia las profundidades de las cloacas en un remolino vertiginoso y trágico. Para siempre, en un instante, para nunca jamás.

Aparte de inútil, me sentí humillado, culpable e indignado. Un miserable y un desagradecido. Dios me había regalado un puñado generoso de días que, pródigo y espléndido, no contó. Y yo estaba dejando que se me escaparan de las manos.

¡Ah, no, otro día a la cloaca, no! Esa misma noche me hice la formal promesa de aprovechar el próximo día y me hice las cuatro propuestas, el próximo día iba a: **Aprender, Mejorar, Disfrutar, Contribuir.** El día siguiente me agarró del cuello, no me dejó respirar, me llevó a los empujones hasta la noche y me depositó agotado al lado de mi rollo de papel higiénico. Veamos, me dije ¿Conviene hacerme las cuatro preguntas? Coraje, me contesté, sepamos la verdad, a no fingir más que no sabemos: **¿Aprendiste, mejoraste, disfrutaste, contribuiste?** Respuesta, no.

Otra vez al baño, otra vez el humillante pedazo de papel higiénico, otra vez escribir, otra vez arrojar vilmente mi día a la cloaca. Así sucedió, día tras día, durante un tiempo. ¿No se ofende si le digo que tuve la sensación que mi vida era una verdadera mierda? Pero poco a poco, gastando rollos de papel higiénico fui creando cada día esas crisis de conciencia alerta, reconociendo mi responsabilidad y aceptando mis equivocaciones hasta aprender a vivir una vida que valiera la pena ser vivida... y a usar el papel sólo para su cometido especifico.

Tuve que ser más ingenioso, necesitaba algo que me mantuviera alerta durante el día para no perder de vista mi meta de hacer de ese día algo valioso. Todo se solucionó con una pregunta que comencé a hacerme a cada rato. Si no está dispuesto a aprender, no se haga esta pregunta pues se sentirá muy mal. La pregunta es. **"¿Estás haciendo para que eso ocurra?"**

Usted se reirá, pero haga la experiencia de **las cuatro propuestas matinales y las cuatro preguntas vespertinas,** día tras día. Es un método económico, privado, y sumamente efectivo. Sólo necesita unos cuantos rollos de papel higiénico, un marcador, un inodoro, honestidad, y el coraje de verse a usted mismo yéndose por la cloaca.

Cuando juegue cada día el juego de las cuatro propuestas y las cuatro preguntas provocará un estado de conciencia alerta y de crisis permanente. Buscará lo mejor que la vida puede ofrecerle a partir **de lo mejor que usted puede ofrecerle a la vida, cada día.**

Otra recomendación, no salga a hacer su día, ese único y valioso día, esa perla en su collar, sin ponerse el cinturón de seguridad que evitará que se choque de narices cada noche contra el inodoro: A cada momento de ese único e inapreciable día que le regala el futuro pregúntese. **"¿Estoy haciendo para que eso suceda?".** Esta pregunta es su garantía de mantener su conciencia alerta. Aprender, mejorar, disfrutar, contribuir. **Darle a ese día el cien por cien de las mejores pequeñas cosas que usted es capaz de dar.**

"Quizás una sola sonrisa, una pequeña visita, simplemente el hecho de encender un fuego, escribir una carta a un- ciego, traer unos cubos de carbón, encontrar un par de zapatos, leer para alguien, sea poco, sí muy poco, pero será nuestro amor de Dios en acción'

Madre Teresa de Calcuta

Una pequeña historia de amor

"Hace muchos años, cuando trabajaba como voluntario en un Hospital de Stanford, conocí a una niñita llamada Liz quien sufría de una extraña enfermedad. Su única oportunidad de recuperarse aparentemente era una transfusión de sangre de su hermano de 5 años, quien milagrosamente había sobrevivido a la misma enfermedad y había desarrollado los anticuerpos necesarios para combatir la enfermedad.

El doctor le explicó la situación al hermano de la niña, y le preguntó si estaría dispuesto a dar su sangre a su hermana. Yo lo vi dudar sólo un momento, suspirar profundamente y decir:

Si, lo haré, si eso salva a Liz, lo haré.

Mientras la transfusión transcurría, él estaba acostado sonriente en una cama al lado de la de su hermana, y nosotros asistíamos a ambos, viendo retomar el color a las mejillas de la niña. De pronto, la cara del niño se puso pálida y su sonrisa desapareció. Miró al doctor y le pregunto con voz temblorosa: "¿Empezaré a morirme enseguida?". Siendo solo un niño, no había comprendido al doctor; y él pensaba que le daría toda su sangre a su hermana. **Y aun así se la daba.**

Otra pequeña historia de amor

El hombre que estaba tras el mostrador, miraba la calle distraídamente. Una niñita se aproximó al negocio y apretó la naricita contra el vidrio de la vitrina. Los ojos de color del cielo brillaban cuando vio un determinado objeto. Entró en el negocio y pidió ver el collar de turquesa azul." Es para mi hermana, " dijo, "¿Puede hacer un paquete bien bonito? ", El dueño del negocio miró desconfiado a la niñita y le preguntó: "¿Cuánto dinero tienes?" Sin dudar, ella sacó del bolsillo un pañuelo hecho un pequeño atadito y fue deshaciendo los nudos. Colocó sobre el mostrador el pañuelo abierto con su contenido y dijo feliz: "¿Es suficiente? Es todo lo que tengo". Eran apenas algunas monedas que ella exhibía orgullosa.

"Sabe, quiero darle este regalo a mi hermana mayor. Desde que murió nuestra madre, ella cuida de nosotros y no tiene tiempo para ella. Es su cumpleaños y tengo el convencimiento que estará feliz con el collar que es del color de sus ojos

El hombre fue a la trastienda, colocó el collar en un estuche, lo envolvió con un vistoso papel rojo e hizo un trabajado lazo con una cinta verde. "Tome ", dijo a la niña. "Llévelo con cuidado". Ella salió feliz, corriendo y saltando calle abajo.

Aun no acababa el día, cuando una linda joven de cabellos rubios y maravillosos ojos azules entró en el negocio. Colocó sobre el mostrador el envoltorio deshecho e indagó:

"¿Este collar fue comprado aquí? "Si señorita. ¿Y cuanto costó? -Ah!, dijo el dueño del negocio. El precio de cualquier producto de mi tienda es siempre un asunto confidencial entre el vendedor y el cliente. La joven continuó: "Pero mi hermana tenía solamente algunas monedas. El collar es costoso, no? Ella no tendría dinero para pagarlo". El hombre tomó el estuche, rehizo el envoltorio con extremo cariño, colocó la cinta y se lo devolvió a la joven. "Ella pagó el precio mas alto que cualquier persona puede pagar, ella dio todo lo que tenía".

El silencio llenó la pequeña tienda y dos lágrimas rodaron por la faz emocionada de la joven en cuanto sus manos tomaban el pequeño envoltorio.

Entrégate al día y a la gente con todo lo que tienes.
Haz de ese día, un día valioso y Estarás construyendo el futuro.

UN REGALO ORIGINAL

Miré las palmas de mis manos y observé las múltiples líneas que las surcan. Es llamativo como esas líneas se bifurcan, se empalman, se interrumpen, se ensanchan o se afinan, se enlazan o se ligan. Luego, mirando con más atención descubrí mis huellas digitales y su finísimo y sinuoso dibujo. Se me ocurrió la pregunta más ingenua del día, ¿Para qué tenemos huellas digitales? No me parecía que mi vida se modificara o alterara por el simple hecho de tener o no esas huellas digitales casi invisibles. Recordé que también tenemos huellas plantaras, huellas en la retina, huellas genéticas, todas únicas, originales e irrepetibles. Recordé un inquietante trabajo de investigación, desarrollado gracias a las posibilidades de la computación, que demostraba que jamás hubo huellas como las que yo tengo y que eran remotísimas las posibilidades de que alguna vez en el futuro pudieran repetirse. Esta intrigante situación me llevó a imaginar una extraordinaria respuesta a la pregunta sobre la razón de esta característica que nos hace únicos y originales en este mundo.

La respuesta parece tan simple y obvia que me estremece el sólo hecho de tomarla en consideración. Estas huellas tienen que ser un mensaje. Como una etiqueta de fábrica, como las especificaciones para el correcto uso de nuestro cuerpo y nuestro tiempo. Un mensaje tan claro, evidente, e indeleblemente inscripto en nuestro cuerpo que me da escalofríos siquiera imaginarlo: somos seres únicos e incomparables. Nunca hubo nadie como yo, ni jamás lo habrá. Esas huellas en mis manos manifiestan una posibilidad y un mandato que sólo yo puedo hacer realidad. Imagino el mensaje: "Tus manos son capaces de hacer en este mundo algo que tú únicamente puedes hacer. Esas huellas en tus pies te indican que hay caminos para abrir en este mundo que solamente tú puedes caminar. Tus ojos pueden ver algo que nadie más es capaz de ver".

Inquieto por esta posibilidad, e impulsado por la curiosidad indagué otras culturas sobre este tema y esto es lo que encontré:

> Somos originales, excepcionales y extraordinarios. Somos irrepetibles y únicos. Vinimos a este mundo a dejar un regalo único, singular e inconfundible. Esta es, al mismo tiempo, una bendición y una tremenda carga. Nuestra misión es aprender y crecer. **Para crecer debemos desarrollar nuestras habilidades, expresar nuestros talentos y superar nuestros vicios.** Si logramos hacerlo podremos dejar nuestro regalo, un fruto, nuestra alegría, nuestra sabiduría como un legado a este mundo. Podrá ser un regalo magnífico o uno pequeño y modesto. Eso no importa porque Dios tiene dispuesto en este infinito universo un lugar privilegiado para cada regalo. Todos los regalos son importantes e imprescindibles porque forman parte de un programa universal. Cada regalo es una pequeña pieza del descomunal proyecto que se va desplegando día a día, siglo tras siglo, milenio tras milenio en este confín del universo.

A partir de esta idea, "Tú eres ese regalo único", algo formidable y terrible se va aclarando. Si no dejamos este regalo antes de irnos, ese lugar destinado a exhibirlo quedará vacío para toda la eternidad. Nadie más podrá ocuparlo. Todos pasarán por ese lugar y sentirán el frío y la oscuridad,
y dirán: "Aquí él tendría que haber depositado su regalo, pero como no lo hizo, nadie sabrá jamás quién era él realmente, y nadie más podrá dar calor y luz a este rincón".
Jamás una partitura musical es igual a otra, ninguna pintura es igual a otra, ningún poema es igual a otro. Ni una brizna de pasto es igual a otra. Ninguno de los millones de millones de microscópicos cristales de los millones de copos de nieve son idénticos.
Ninguna caricia es igual a otra.

No es tan difícil encontrar ese regalo único que somos capaces de dejar en este mundo. Por favor, no se vaya de este mundo sin dejar su pequeño regalo.

El Aguatero

> Un cargador de agua de la India tenía dos grandes vasijas que colgaba en los extremos de un palo y que llevaba encima de los hombros. Una de las vasijas tenía varias grietas, mientras que la otra era perfecta y conservaba toda el agua al final del largo camino a pie, desde el arroyo hasta la casa de su patrón, pero cuando llegaba, la vasija rota solo tenia la mitad del agua.
>
> Durante dos años completos esto fue así diariamente. Desde luego la vasija perfecta estaba muy orgullosa de sus logros, pues se sabía perfecta para los fines para los que fue creada. Pero la pobre vasija agrietada estaba muy avergonzada de su propia imperfección y se sentía miserable porque solo podía hacer la mitad de todo lo que se suponía que era su obligación.
>
> Después de dos años, la tinaja quebrada le habló al aguatero diciéndole: "Estoy avergonzada y me quiero disculpar contigo porque debido a mis grietas sólo puedes entregar la mitad de mi carga y sólo obtienes la mitad del valor que deberías recibir". El aguatero apesadumbrado, le dijo compasivamente: "Cuando regresemos a la casa quiero que notes las bellísimas flores que crecen a lo largo del camino".
>
> Así lo hizo la tinaja. Y en efecto vio muchísimas flores hermosas a lo largo, pero de todos modos se sintió apenada porque al final, solo quedaba dentro de sí la mitad del agua que debía llevar.
>
> El aguatero le dijo entonces "¿Te diste cuenta que las flores solo crecen en tu lado del camino? Siempre he sabido de tus grietas y quise sacar el lado positivo de ello. Sembré semillas de flores a todo lo largo del camino por donde vas y todos los días las has regado y por dos años yo he podido cosechar estas flores para decorar el altar de mi Maestro. Si no fueras exactamente como eres, con todo y tus defectos, no hubiera sido posible crear esta belleza".

Aceptarnos tal como somos, con nuestras virtudes y defectos, y aceptar a los demás tal como ellos son (y no como quisiéramos que fueran), es el paso fundamental para aprender a amarnos y amar a los otros. Todos tenemos grietas, pero igual podemos dejar nuestro regalo de amor. Amén.

UN EPÍLOGO QUE ES UNA INTRODUCCIÓN

Bien, aquí comienza el final de este libro. El que este libro haya sido gestado no significa que haya nacido. Por eso este es un epílogo que nos introduce a usted, al libro y a mí en una muy buena pregunta: ¿Alguna vez estaremos juntos reflexionando sobre las mismas cosas?

Cuando comencé a escribirlo mi intención era escaparme de mí mismo para escaparme del inmenso dolor que día a día invadía mi corazón, mi cuerpo y mi alma. Más tarde descubrí que era muy reconfortante estar sentado junto a usted, mi querido e imaginario lector, reflexionando sobre la vida con la enorme ventaja de suponer arbitrariamente que me estaba acompañando y prestándome atención.

Lo que no me esperaba es que, con el correr del tiempo, comenzaría a buscarme tímidamente a mí mismo para conocerme mejor. Cuando entré en confianza conmigo mismo tuve que reconocer que es inútil huir del dolor, Es una falta de respeto estar ausente de uno mismo cuando más uno se necesita. No hacer honor al propio dolor es deshonrar a la vida y convertirse en un ser frío y cruel que se castiga negándose a sí mismo y a los demás.

Quiero confesarle otra cosa. Al comenzar a escribir este libro lo que más me motivaba era la posibilidad de que usted... y muchos más como usted, leyeran este libro para mi honra y satisfacción personal. Quiero confesarle que hoy... luego de muchos cuestionamientos, autocríticas constructivas, recriminaciones, profundo análisis de mi personalidad... me sigue pasando lo mismo... pero... pero algo más me pasó, mucho más importante que hacerle el juego a mi vanidad: Descubrí el placer de hacerlo.

Disfruté como nunca me imaginé que podía disfrutar. Descubrí que lo estaba haciendo por el simple hecho de querer hacerlo. Sentí la absoluta e intransferible libertad de hacerlo sin que nadie me detuviera... ni nadie me empujara. Sentí la inconmensurable profundidad de mí mismo y la soledad en la que tengo que aprender a aprender de mí mismo.

La vida es el espacio de tiempo que transcurre entre el principio y el final de nuestra existencia. Sabemos de la indudable existencia de ambos eventos, el nacimiento y la muerte. Hay muchos modos de llenar ese espacio de tiempo intermedio. Uno de los más utilizados es el de tratar de volver al principio como si hubiéramos olvidado algo que es importante para seguir adelante, o negar el final como si el tiempo que perdemos nos fuera acreditado al final hasta provocar la alquimia de la eternidad. Ambos intentos son vanos, banales, estériles, inútiles e imposibles.

Otro método es el de intentar adelantamos obcecadamente al presente para tratar de saber que pasará, sin darnos cuenta que cualquier cosa que pase será simple consecuencia de lo que decidamos hacer pasar en el aquí y ahora de cada momento. La vida es una oportunidad de hacer algo entretenido, divertido, creativo y trascendente mientras somos arrastrados lenta pero inexorablemente del principio al final.

Así es, al terminar con este libro tengo que empezar otra vez conmigo mismo... ¿Acaso no le estaba diciendo que este es un epílogo que es una introducción? Acostúmbrese, nunca se termina, siempre se comienza. Por eso es divertido y excitante.

Un abrazo

COMIENZOS
Autor desconocido

Como me atemorizan.
Los **comienzos** viven en lo más hondo
Y todo parece tan enorme desde el otro extremo.
Los **comienzos** son torpes y llenos de baches
desgarbados y vacilantes.
Demasiado ruidosos y tempestuosos,
o muy silenciosos y tímidos.

Los **comienzos** son adolescentes.
Grandes manos y pies que andan a los trancos
Y corazones que dan rápidos saltos
y nos arrojan al miedo y al pánico,
buscando desesperadamente una hada madrina
que los tomará en cómodos suaves puntos medios o bien recordados finales.

Comienzos, yo desearía evitarlos,
ignorarlos, pretender no necesitarles.
Me siento inseguro cerca de ustedes, dudando de mí mismo.
Y aun, cuando he pasado precipitadamente sobre ustedes
A menudo miro hacia atrás y veo cuan importante, cuán excitante,
cuán apreciados son para mí.
Dado que los necesito, mis **comienzos,**
para mantenerme creciendo- ustedes son una parte mía,
y si todos ustedes me dejaran algún día,
entonces mi vida tendría menos significado.
Comienzos, ustedes están tan llenos de vida.
